



Anthropological study of the role of nutrition in the prevalence of cancer (A case study of the Turkmen people)

Payam Sadrieh¹ | Vahid Rashidvash² | Yaghoob Sharbatian³ | Ali Baseri⁴

1. Ph.D. Student of Anthropology, Department of social Sciences, Central Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran

E.mail: P.sadrieh@iauctb.ac.ir

2. Department of social Sciences, Central Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran. (Corresponding author)

E.mail: Vah.rashidvash@iauctb.ac.ir

3. Department of social Sciences, Garماسar branch, Islamic Azad University, garماسar, Iran.

E.mail: dy_sharbatian@yahoo.com

4. Department of social Sciences, Central Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran

E.mail: Ali.baseri@iauctb.ac.ir

Article Info

Article type:

Research Article

Article history:

Received: 2024-05-07

Received in revised form:
2024-12-19

Accepted: 2025-01-12

Published online: 2025-10-30

Keywords:

Medical anthropology,
nutrition, Gastrointestinal
cancer, Turkmen people,
Belief system

ABSTRACT

Purpose- The issue of health and maintaining it is one of the most basic and obvious needs of human societies. The findings of medical knowledge indicate that public health is directly related to the nutritional system, which is a cultural issue. The population studied in this research has a very high cancer risk compared to the international standard level. Studying the nutritional system in the studied society from a cultural perspective and knowing the cultural views and beliefs that have been involved in the formation of the nutritional system in this society is a way to discover the causes that are one of the main causes of malignant gastrointestinal diseases in the studied society. Considering that the knowledge of anthropology in our country is less in the field of medical anthropology and with the problematic approach of this knowledge, in this article, it is possible to achieve patterns in interdisciplinary interaction that will ultimately lead to the study and improvement of the level of public health. The main purpose of this article was to identify the cultural factors of the nutrition system in the studied community and its role in the high prevalence of gastrointestinal cancer among Turkmen.

Methodology- The research method in this article is qualitative and was formed with an ethnographic approach. The most technique in this study was the semi-structured interview technique. In addition, part of the data collection was done through documentary studies and observation. The method of data analysis and interpretation was chosen based on Levi-Strauss' theory of structuralism, especially his food triangle, as well as Clifford Geertz's interpretative semiotics.

Findings- The findings of the article indicate that some factors play a role in the incidence of cancer in the studied community. In many cases, Turkmen use dangerous food patterns that increase the risk of gastrointestinal cancer, including unhealthy and inappropriate cooking methods in their traditional diet. In this article, the nutrition system was discussed from the three perspectives of raw materials, cooking methods, and the symbolic role of beliefs in shaping the nutrition system and cooking methods in the studied society. The primary ingredients in the food basket of the studied society are cereals, especially wheat and its products, which are mostly consumed in the form of bread, red meat and rice. The way of cooking traditional foods is mostly based on frying with hot oil, which is one of the unhealthy ways of cooking, and in the food triangle of Strauss, the largest share is devoted to incomplete fermentation cooking. In cooking, half-baked food is mostly done by tandoori or grilling method, which results in incomplete cooking of food.

Conclusion- The results indicate that the nutritional system in the studied community tends to increase the risk of gastrointestinal diseases, including cancer. Excessive consumption of some foods such as grains and red meat and improper cooking methods and not using some useful and effective foods in prevention such as vegetables and fruits are among the factors that increase the risk of gastrointestinal cancer in this region. Also, the system of beliefs and convictions rooted in the cultural structure of the Turkmen people fuels this style of nutrition. These three were found to be effective in forming a type of nutrition that increases the susceptibility to cancer. Raw materials and cooking method directly and the belief system facilitating the use of food are among the factors that increase the risk of gastrointestinal cancer in the cultural system of the studied society.

Cite this article: Sadrieh, P., Rashidvash, V., Sharbatian, Y. & Baseri, A. (2025). Anthropological study of the role of nutrition in the prevalence of cancer (A case study of the Turkmen people), *Iranian Journal of Anthropological Research*, 15(27), 81-102. Doi: [10.22059/ijar.2025.376218.459871](https://doi.org/10.22059/ijar.2025.376218.459871)



بررسی مردم‌شناختی نقش تغذیه در شیوع سرطان (مطالعه موردی قوم ترکمن)

پیام صدریه^۱ | وحید رشیدوش^۲ | یعقوب شربتیان^۳ | علی باصری^۴۱. دانشجوی دکتری مردم‌شناسی؛ گروه علوم اجتماعی، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران، رایانامه: P.sadrieh@iauctb.ac.ir۲. گروه علوم اجتماعی، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران، رایانامه: Vah.rashidvash@iauctb.ac.ir۳. گروه علوم اجتماعی؛ واحد گرمسار، دانشگاه آزاد اسلامی، گرمسار، ایران، رایانامه: dy_sharbatian@yahoo.com۴. گروه علوم اجتماعی، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران، رایانامه: Ali.baseri@iauctb.ac.ir

اطلاعات مقاله

چکیده

نوع مقاله: مقاله پژوهشی

تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۰۲/۱۸

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۳/۰۹/۲۹

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۱۰/۲۳

تاریخ انتشار: ۱۴۰۴/۰۸/۰۸

هدف: موضوع سلامت از اساسی‌ترین و بدیهی‌ترین نیازهای جوامع انسانی است. تأمین این نیاز اولیه، نه تنها در دستورالعمل‌های پزشکی و بهداشتی، بلکه در پرتو شناخت دیدگاه‌ها و باورهای فرهنگی جوامع ممکن می‌گردد. انسان‌شناسی در رویکردی میان‌رشته‌ای عوامل فرهنگی مرتبط با انسان و بیماری را شناسایی کرده و جوامع را در امر پیشگیری و بهبود یاری می‌رساند. هدف این مطالعه شناسایی عوامل فرهنگی نظام تغذیه در جامعه مورد مطالعه و نقش آن در شیوع بالای سرطان گوارش در میان ترکمن‌ها بود. نقش تغذیه همواره یکی از عوامل مهم ابتلا به بیماری‌ها در دانش پزشکی است. اما از دیگر سوی تغذیه عاملی فرهنگی است که در ساختارهای اجتماعی یک قوم یا ملت رسوب کرده و از گذشته‌های یک قومیت سرچشمه گرفته و از این منظر قابل مطالعه و بررسی خواهد بود.

روش‌شناسی: این مقاله از نوع مطالعات کیفی است و از رویکرد مردم‌نگاری استفاده شد. بیشترین تکنیک در این مطالعه تکنیک مصاحبه نیمه‌ساختاریافته انتخاب شد. افزون بر این گردآوری بخشی از داده‌ها از طریق مطالعات اسنادی و مشاهده صورت پذیرفت. روش تحلیل و تفسیر داده‌ها مبتنی بر نظریه ساختارگرایی لوی استروس به‌ویژه مثلث غذایی او که نمایانگر الگوی فرهنگی طبخ غذا در جوامع است، استوار گردید. استروس سه‌گانه پخته، خام و گندیده را به‌عنوان شیوه‌های استفاده از فرآورده‌های غذایی در نظر گرفت. غذای پخته همان غذای خام است که توسط وسایل موجود در فرهنگ دگرگون شده است. غذای گندیده غذای خام است که به‌صورت طبیعی دگرگون شده است. این تقابل بین فرهنگ و طبیعت منجر به حالت‌های متفاد از طبخ می‌شود که توسط آن تغذیه را در ساختارهای فرهنگی می‌توان مورد مطالعه قرار داد. همچنین نشانه‌شناسی تفسیری کلیفورد گیرتز به‌عنوان روشی که عناصر نمادین را همراه با توصیف ژرف مطالعه می‌کند و مسائل یک زیست‌بوم را بر اساس دانش و فرهنگ بومی مورد مطالعه قرار می‌دهد، انتخاب شد.

کلیدواژه‌ها:

انسان‌شناسی پزشکی، تغذیه، سرطان گوارش، قوم ترکمن، نظام باورها

یافته‌ها: حاکی از آن است که برخی از عوامل در بروز بیماری سرطان نقش دارد. ترکمن‌ها در موارد زیادی از الگوهای غذایی خطرآفرین، شیوه طبخ ناسالم و نامناسب در تغذیه سنتی خود بهره می‌برند. نظام تغذیه در این مقاله از سه منظر مواد اولیه، شیوه طبخ و نقش نمادین باورها در شکل‌دهی به طبخ و روش‌های آشپزی در جامعه مورد مطالعه پرداخت. مواد اولیه در سبذغذایی جامعه مورد مطالعه به ترتیب عبارت است از غلات به‌ویژه گندم و فرآورده‌های آن که بیشتر به شکل نان مورد مصرف قرار می‌گیرد؛ گوشت قرمز و برنج. شیوه طبخ غذاهای سنتی بیشتر مبتنی بر سرخ کردن با روغن داغ که از روش‌های ناسالم طبخ است و در مثلث غذایی استروس بیشترین سهم را به طبخ گنداندن ناقص اختصاص می‌دهد. در پخت هم بیشتر به پخت نیم‌پز به روش تنوری یا کباب کردن عمل می‌شود که محصول آن پخت ناقص مواد غذایی است.

نتیجه‌گیری: حاکی از آن است که نظام تغذیه در جامعه مورد مطالعه به سمت افزایش ریسک بیماری‌های گوارشی از جمله سرطان میل دارد. مصرف بیش از حد برخی مواد غذایی مانند غلات و گوشت قرمز و شیوه طبخ نامناسب و عدم استفاده از برخی مواد غذایی مفید و مؤثر در پیشگیری، از جمله سبزیجات و میوه‌جات از عوامل ارتقای ریسک سرطان گوارش در این منطقه است. همچنین نظام باورها و اعتقادات ریشه‌دار در ساختار فرهنگی قوم ترکمن، به این سبک تغذیه دامن می‌زند. این سه در شکل‌گیری نوعی از تغذیه که استعداد ابتلا به سرطان را بالا می‌برد، مؤثر تشخیص داده شد. مواد اولیه و شیوه طبخ به‌طور مستقیم و نظام باورها به‌صورت تسهیل‌کننده بر طریقه استفاده از مواد غذایی، از عوامل ارتقا‌دهنده سطح ریسک سرطان گوارش در نظام فرهنگی جامعه مورد مطالعه هستند.

استناد: صدریه، پیام، رشیدوش، وحید، شربتیان، یعقوب، و باصری، علی. (۱۴۰۴). بررسی مردم‌شناختی نقش تغذیه در شیوع سرطان (مطالعه موردی قوم ترکمن)، ۱۵

Doi: [10.22059/ijar.2025.376218.459871](https://doi.org/10.22059/ijar.2025.376218.459871). ۱۰۲-۸۱ (۲۷)



ناشر: مؤسسه انتشارات دانشگاه تهران. © نویسندگان.

مقدمه

دانش انسان‌شناسی^۱ در معنای کلی عبارت است از شناخت همه‌جانبه انسان در گستره تاریخی و جغرافیایی‌اش که متأثر از یک دانش عملی در تمام ابعاد توسعه و پیشرفت بشری است و از انسان‌های اولیه تا انسان‌های امروزی را شامل می‌شود (لومبار، ۱۳۹۷، ۲۹). انسان‌شناسی فرهنگی^۲ به مسئله فرهنگ می‌پردازد و فرهنگ‌های انسانی را در گستره‌های مختلف مورد مطالعه قرار می‌دهد. آنچه در همه مکاتب انسان‌شناسی مورد توجه است، مسئله اصالت فرهنگ، به‌عنوان تجربه زیسته اقوام و ملل است. هر آنچه در ارتباط با فرهنگ قرار گیرد در دانش انسان‌شناسی مورد توجه است و از این منظر می‌توان انسان‌شناسی را در حوزه مطالعات میان‌رشته‌ای^۳ نیز دانشی کارآمد قلمداد کرد. زیرا هیچ حوزه‌ای از دانش منفک و جدا از فرهنگ نیست.

مسئله سلامت از اساسی‌ترین و بدیهی‌ترین نیازهای جوامع انسانی است. جوامع انسانی هرچند در تلاش‌اند بیشترین بهره را از سلامت و بهداشت به دست آورند؛ اما تأمین این نیاز اولیه، نه تنها در دستورالعمل‌های پزشکی و بهداشتی، بلکه در پرتو شناخت دیدگاه‌ها و باورهای فرهنگی جوامع ممکن می‌گردد. انسان‌شناسان با ورود به حیطه سلامت به این مطالعه کمک می‌کنند. انسان‌شناسی پزشکی از دریچه فرهنگ به بیماری‌ها می‌نگرد و به پرسش‌هایی از این دست پاسخ می‌دهد. فرهنگ‌های عامیانه و باورها چگونه در سلامت افراد نقش می‌آفرینند و روابط پزشک و بیمار را شکل می‌دهند و نوع تعامل پزشک و بیمار را پدید می‌آورند. درمان در نظام‌های سنتی و بومی چه نقشی را در سلامت افراد در جوامع سنتی یا مدرن ایفا می‌کند و نقش بازمانده از سنت‌های درمان و درمانگری در جهان مدرن با نظام یکپارچه پزشکی نوین در چه پارامترهایی هم‌خوانی یا ناهم‌خوانی دارد؟ و... از این منظر تمام جنبه‌های بیماری از شناخت فردی بیمار از بیماری گرفته تا نشانه‌های بیماری و برنامه‌ریزی بیمار برای درمان، از چارچوب‌های فرهنگی متأثر است. بدین‌ترتیب نگرش فرهنگی اجتماعات انسانی و باورهای آنها درباره سلامت و رفتارهای بهداشتی انسان‌ها مورد توجه قرار می‌گیرد. به عبارتی انسان‌شناسی پزشکی رویکردی است زیستی-فرهنگی در خصوص رفتارهای بهداشتی انسان‌ها که هم جنبه‌های زیستی و هم جنبه‌های فرهنگی و اجتماعی را در بردارد. رویکرد انسان‌شناسی پزشکی آنجا اهمیت بیشتری می‌یابد که در یک منطقه جغرافیایی گسترده مانند کشور ایران با تکثر اقلیمی، فرهنگی، قومی مواجه هستیم. این تکثر به‌ویژه با حضور اقوام مختلف و متعدد در مناطق مختلف، در همه امور از جمله سیاست‌گذاری در امر سلامت نیازمند مطالعات انسان‌شناسی است. ایرانیان در نواحی مختلف با بیماری‌های متفاوت دست به‌گریبان‌اند و به وضوح می‌توان نشانه‌های فرهنگی را در شیوع بیماری‌ها مشاهده کرد.

نمونه مورد مطالعه این پژوهش که متمرکز بر اقوام ترکمن^۴ ساکن در مناطق شمالی ایران، به‌ویژه استان گلستان است، سالها است که در سطح وسیعی نسبت به استانداردهای جهانی با عارضه سرطان دستگاه گوارش مواجه هستند. میزان شیوع سرطان گوارش در مناطق موسوم به کمربند سرطان^۵ دستگاه گوارش، همچنان توجه به این بیماری را در این مناطق ضروری می‌نماید. بیشترین نمود سرطان در بین اقوام ترکمن ساکن در استان گلستان خود را نشان می‌دهد. این مناطق به‌ویژه در حوالی ترکمن صحرا به دلیل شیوع

۱. Anthropology

۲. Cultural Anthropology

۳. interdisciplinary

۴. به زیستگاه ترکمن‌های بخش شمالی ایران «دشت ترکمن» یا «ترکمن صحرا» می‌گویند. محدوده‌ای که از قسمت شرقی دریای خزر در غرب استان گلستان آغاز و تا

خراسان شمالی ادامه می‌یابد و کل جمعیت آنها به بیش از ۱/۵ میلیون نفر می‌رسد. تمرکز ترکمن‌ها بیشتر در استان گلستان^۴ و شهرهای گنبد و بندر ترکمن و روستاهای

متعدد این مناطق است. اما مهمترین منطقه ترکمن‌نشین است. (نک: جرجانی، موسی (۱۳۹۴)، ایرانیان ترکمن، تهران: دفتر پژوهش‌های فرهنگی).

۵. استان‌های استان‌های اردبیل، گیلان، مازندران و گلستان در کمربند سرطان دستگاه گوارش قرار دارد.

گسترده، از دهه ۱۳۴۰ مورد توجه پزشکان محقق بوده است.^۱ علیرغم تلاش‌های انجام شده و راهبردهای صورت گرفته در شیوه زندگی و بهداشت اقوام ایرانی، اما هنوز سرطان در این مناطق نسبت به استانداردهای جهانی سطح بالای ابتلا را (به‌ویژه در سنین بالای ۶۰ سال) نشان می‌دهد.

بیشترین اهمیت موضوع انسان‌شناسی پزشکی سهم برجسته آن در سلامت جوامع است. این ضرورت هنگامی دو چندان می‌گردد که از یک سو نظام بهداشتی ایران بر پایه پیشینه تاریخی و فرهنگی متأخر و متقدم آن و نیز با گستره جغرافیایی وسیع و تنوع زیستی، فرهنگی و قومی روبرو است، که فاقد مرزبندی و چارچوب شناختی منسجم و تعریف شده است. این جامعه متکثر در گستره نسبتاً وسیع، به‌طور کلی مستعد نگرش‌های انسان‌شناسانه در شناخت و انواع سیاستگذاری‌ها خواهد بود. در عین حال این ویژگی در مسئله بهداشت و سلامت که از درونی‌ترین لایه‌های فرهنگ بومی جوامع است و اقوام مختلف علیرغم تشابهات فرهنگی، اما دارای تفاوت‌های به نسبت زیادی در آن هستند، بروز و ظهور بیشتری دارد. در میان عوامل فرهنگی در انسان‌شناسی پزشکی بدون تردید نقش تغذیه در بهداشت و سلامت جوامع نقشی برجسته است. در عین حال تغذیه یک پدیده فرهنگی است که در ساختار جوامع شکل گرفته است و در بسیاری از جهات دارای ارزش‌های نمادین در ساختار یک قوم است که شناخت ریشه‌های سنت غذایی در یک منطقه یا قومیت و کشف دلایل شیوه‌های طبخ و آشپزی می‌تواند بخشی از علل شکل‌گیری پدیده را آشکار نماید تا بتوان مبتنی بر این شناخت امکان ایجاد اصلاح و تغییرات فرهنگی در جامعه مورد مطالعه در چشم‌اندازهای مختلف را شکل داد. مطالعه موردی این مقاله حاکی از آن است که اصلاحات فیزیکی در جوامع هرچند تا حدودی به اصلاح وضعیت انجامیده است، اما برای کنترل پدیده مورد مطالعه کفایت نکرده است.

بنابراین برای این تحقیق اهدافی چند متصور بود از جمله شناسایی و ریشه‌یابی عادات، رفتارها و باورهای فرهنگی مردمان ترکمن بر محور تغذیه که در ارتقای ریسک سرطان گوارش نقش دارد. همچنین ارتباط تغذیه و ریسک ابتلا به سرطان در جامعه مورد مطالعه؛ چشم‌انداز دانش انسان‌شناسی برای کمک به شناخت مسئله تغذیه در پیشگیری و درمان بیماری مزبور در جامعه مورد مطالعه. این مقاله در پی پاسخ به پرسش‌های اصلی و فرعی زیر است:

پرسش اصلی:

نظام تغذیه در اقوام ترکمن چه نقشی در شیوع سرطان گوارش در جامعه مورد مطالعه دارد؟

پرسش‌های فرعی:

- مواد اولیه مصرفی در آشپزی سنتی جامعه مورد مطالعه، چه نقشی در افزایش ریسک بیماری سرطان گوارش دارد؟

- شیوه طبخ در آشپزی سنتی در جامعه مورد مطالعه، بر ارتقای ریسک سرطان مؤثر است؟

- باورها و اعتقادات در نظام تغذیه جامعه مورد مطالعه از جهت افزایش ریسک سرطان گوارش چه نقشی دارد؟

^۱. گزارش‌های مرکز ثبت سرطان نشان داد در منطقه گنبد در سال‌های ۱۳۴۸ تا ۱۳۵۶ از هر ۱۰۰۰۰۰ مرد ۱۶۵ نفر و از همین تعداد زن ۱۹۵ نفر مبتلا به سرطان مری می‌شوند، که بالاترین میزان شیوع سرطان در یک منطقه است. مطالعات ۸ ساله در سالهای ۱۳۴۸ تا ۱۳۵۶ صرفاً موفق به طرح چندین فرضیه در این خصوص گردید. اما همراه با تحولات سیاسی در ایران متوقف ماند. پس از انقلاب اسلامی و از سال ۱۳۷۶ تیمی جدید به تکمیل تحقیقات گذشته از منظر اپیدمیولوژی پرداخت.

پیشینه پژوهش

موضوع انسان‌شناسی پزشکی در ایران کمتر مورد توجه قرار گرفته است. بیشتر آثار منتشره در این حوزه حاوی مباحث نظری بوده و از نظر پژوهش‌های میدانی چندان مورد توجه قرار نگرفته است.

متین (۱۴۰۰) در اثر خود با عنوان «مبانی انسان‌شناسی پزشکی» به تبیین مباحث نظری در زمینه انسان‌شناسی پزشکی پرداخته است. وی ضمن تشریح نظام پزشکی و نحوه شکل‌گیری آن به سه نظام زیست‌پزشکی، پزشکی سنتی و پزشکی عامیانه اشاره کرده و نقش هریک را در وضعیت کلی مورد توجه قرار داده است. از نکات قابل استفاده در این کتاب طرح مسئله و تبیین اهمیت و ضرورت این رشته در جوامع است. این کتاب تلاشی است در جهت طرح کلیات نظری انسان‌شناسی پزشکی و تبیین زوایای مختلف آن.

بلوکباشی (۱۳۹۹) در کتاب انسان‌شناسی پزشکی فرهنگ مردم ایران نشان داده است چگونه فرهنگ‌ها و همچنین اعتقادات و باورها از دیرباز در مناطق گوناگون ساختارها و نمادهای سلامت و درمان را شکل داده‌اند تأثیر آن همچنین باقی مانده است.

ملک‌زاده و فضل‌اللهی (۱۳۹۳) در پژوهشی تحت عنوان «مطالعه بزرگ هم‌گروهی استان گلستان» به بررسی علل و عوامل بالینی شیوع سرطان در شهرستان گنبد پرداخته و از دیدگاه اپیدمیولوژیک شیوع سرطان را در منطقه مورد مطالعه مورد بررسی قرار داده است. نتیجه پژوهش‌های بالینی ۸ عادت رفتاری و بهداشتی را عامل اصلی شیوع سرطان در این منطقه ذکر می‌کند.

فاضل‌تبار و همکاران (۱۳۸۶) در مقاله‌ای با عنوان «تعیین الگوی غذای مصرفی و عوامل تغذیه‌ای بروز سرطان سلولهای سنگفرشی مری در مناطق با بروز بالا در استان گلستان» به بررسی الگوی غذایی در این مناطق پرداخته و نتایج این تحقیق حاکی از آن است که کمبود دریافت برخی مواد غذایی از جمله ویتامین آ، ریپوفلاوین و فیبروآهن از عوامل ریسک ابتلا می‌باشد. محققان نشان دادند عدم تغذیه صحیح، چاقی و عدم دریافت برخی مواد غذایی ضروری در بانوان ترکمن با بروز سرطان گوارش نسبت مستقیم دارد.

کاظمی‌اقدم و همکاران (۱۳۸۴) در مقاله‌ای با عنوان «بررسی عوامل خطر ساز سرطان مری در یک منطقه با شیوع بالا در حاشیه دریای خزر» به عامل ژنتیک در بروز سرطان مری و معده در اقوام ترکمن توجه کرده‌اند. آنچه از این تحقیق به دست می‌آید اگرچه عامل ژنتیک را امری مؤثر در ابتلا به سرطان برمی‌شمارد، اما عوامل غیر ژنتیکی و رفتاری فرهنگی شاخص بالاتری را در ابتلا به سرطان گوارش نشان می‌دهند.

مریل سینگر و پاملا اریکسون (۲۰۲۲) در مجموعه مقالاتی با عنوان «همراه با انسان‌شناسی پزشکی ۱» ضمن شرح موضوع انسان‌شناسی پزشکی به بیان پارادایم‌ها و روش‌های این رشته پرداخته و با بیان پژوهش‌های انجام شده کتابی کاربردی را تدوین کرده‌اند. در این اثر رویکردهای مختلف انسان‌شناسی پزشکی از جمله رویکرد انتقادی رویکرد بوم‌شناختی و رویکرد تفسیری توضیح داده شده است.

سسیل جی هلمن (۲۰۰۸) در اثری با عنوان «انسان‌شناسی پزشکی» به گردآوری مقالات کلیدی در خصوص تاریخچه، مفاهیم، یافته‌های تحقیقاتی و بحث‌های اخیر در انسان‌شناسی پزشکی - مطالعه بین‌فرهنگی سلامت، بیماری و مراقبت‌های پزشکی پرداخته است. از جمله موضوعات روانپزشکی، غذا و تغذیه، انسان‌شناسی بدن، سوءمصرف مواد، درمانگران سنتی، زایمان و سوگ و کاربردهای انسان‌شناسی پزشکی در مسائل بهداشتی بین‌المللی، مانند پاندمی‌ها پرداخته است.

¹. A Companion to Medical Anthropology

مبانی نظری

در این مقاله از دو منظر به مسئله تغذیه در جامعه مورد مطالعه پرداخته شد. منظر اول رویکرد ساختارگرایی کلود لوی استروس بود. این رویکرد از آن جهت مورد توجه قرار گرفت که اولاً مبتنی بر عنصر معنا است، ثانیاً بر امر تفسیر در بسترهای ساختاری تأکید دارد. نقطه عزیمت تفکر ساختاری لوی استروس وجود فرایندها و مکانیسم‌های مشترک در ذهن آدمی است، که البته خارج از مرز زمان و مکان قرار می‌گیرند (فکوهی، ۱۳۹۳، ۱۸۷). از این‌رو سر در گم شدن پدیده‌های پیچیده فرهنگی و اجتماعی را می‌توان از طریق رابطه اندیشه‌ورانه‌ای که با سایر پدیده‌ها دارند، دریافت. استروس می‌کوشید تا از این طریق دستورالعمل عام یا الگویی برای فرهنگ ارائه دهد. راه‌هایی که در آن واحدها و عناصر گفتمانی فرهنگ را می‌سازند (حجاریان، ۱۳۹۵: ۳۳).

این ساختارها در اندیشه استروس عمیق‌ترین ساختارهای ذهنی انسان هستند که ساختارهای دیگر در فراز آن قرار گرفته‌اند. استروس ساختارهای ذهنی و اجتماعی را به لایه‌های زمین‌شناسی تشبیه می‌کند. بنابراین هر اندازه لایه عمیق‌تر باشد، از بعد زمانی قدیم‌تر و به هسته مرکزی و منشاء نخستین نزدیک‌تر است. بنابراین عمیق‌ترین ساختارهای ذهنی، که مهم‌ترین نیز هستند، وجه مشترک انسان‌ها خواهند بود.

از نظر استروس ذهن انسان به‌طور ساختاری مثلث‌هایی را در سه طیف مثبت، منفی و میانه (همانند علائم راهنمایی و رانندگی) می‌سازد که سه مضمون کم، زیاد و متوسط را متبادر می‌کند (استروس، ۱۳۹۴، ۴۶).

استروس در تلاش برای تبیین این مسئله است که چگونه روابطی که در طبیعت وجود دارد، برای ایجاد فرآورده‌های فرهنگی مورد استفاده انسان‌ها قرار می‌گیرد. وقتی پدیده‌های فرهنگی این‌چنین پدید می‌آیند، با کاوش در ساخت‌های ابتدایی پدیده‌های فرهنگی می‌تواند حقایقی از سرشت آدمی را نیز کشف کرد (لیچ، پیشین، ۴۳).

از نظر استروس تغذیه با فرهنگ پیوندی ساختاری دارد. تغذیه در حقیقت در پی فرایندی فرهنگی، شکل می‌گیرد. آدمی بر خلاف حیوانات تنها به صرف غریزه به تغذیه روی نمی‌آورد، بلکه عرف‌های فرهنگی و اجتماعی است که شیوه‌های تغذیه و مناسبت‌های آن را رقم می‌زند. یعنی برای انسان تمایز میان خوردنی و ناخوردنی بر بنیادی فرهنگی استوار شده است، که در مناطق مختلف متفاوت است. از آنجاکه نحوه پخت غذا در زمینه مورد مطالعه دارای اهمیت است، می‌توان در این زمینه به مثلث طبخ غذای استروس به‌عنوان الگوی فرهنگی طبخ غذا در جوامع مختلف اشاره کرد. در همه جوامع مثلث پخته، خام و گندیده را به‌عنوان شیوه‌های استفاده از فرآورده‌ها می‌توان مشاهده کرد. غذای پخته در حقیقت همان غذای خام است که توسط وسایل موجود در عرف فرهنگی دگرگون شده است. درحالی‌که غذای گندیده، همان غذای خام است که به‌صورت طبیعی دگرگون شده است. بنابراین در مورد طبخ می‌توان سه‌گانه یا مثلثی ساخت که تقابل‌های دوگانه را، به‌عنوان یک قاعده کلی، در طبایع نشان دهد. غذای دگرگون شده در مقابل با غذای عادی و فرهنگ در مقابل طبیعت؛ روش‌هایی که می‌توان برای طبخ غذا تصور کرد عبارتند از:

تنوری کردن که در طی آن گوشت یا مواد غذایی در تماس مستقیم با آتش یا عامل تغییر، قرار می‌گیرد. تنوری کردن جریانی ناقص است و مواد غذایی تنوری شده به‌طور کامل پخته نمی‌شود.

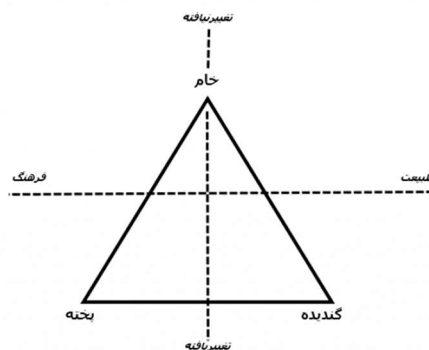
آب‌پز کردن: به‌معنای پخت آرام مواد غذایی در مایع مثل آب یا روغن. آب‌پز جریانی است که مواد اولیه که به‌صورت خام هستند، درون ظروف (که ابزاری فرهنگی است)، به حالت تجزیه‌شده‌ای همانند گندیدگی طبیعی مبدل می‌کند. این حالت در صورت تکمیل ارزش‌های غذایی حفظ می‌شود. در این الگو نه‌تنها ارزش‌های غذایی تا بالاترین حد ممکن حفظ می‌شود، بلکه افزودنی‌هایی مانند سبزیجات و حبوبات نیز به غذا اضافه می‌شود. مانند آب‌گوشت.

دود دادن: عبارت است از پختن کند، ولی کامل، بدون وساطت ابزارهای فرهنگی و فقط به واسطه هوا. دود دادن روند طعم دادن، پخت‌وپز، یا نگهداری مواد غذایی با روش قرار دادن آن در معرض دود حاصل از سوزاندن یا مواد سوختنی، به‌ویژه چوب است. این فرایند که بیشتر متمرکز بر انواع گوشت‌ها است، در محیطی کنترل شده اتفاق می‌افتد. غذا هم‌زمان با گرما پخته شده و با دود طعم و عطردهی می‌شود. در اثر دود دادن از یک‌سو مواد از گندیدگی طبیعی به شکل خام ایمن می‌مانند؛ از دیگر سوی، مواد غذایی دودی شده، هنگام مصرف مجدداً گرم یا پخته می‌شوند، اما معمولاً برای خوردن بدون پخت دوباره نیز سالم باقی می‌مانند.

سرخ کردن: نوعی روش پخت است که در آن مواد غذایی در انواع روغن خوراکی با حرارت زیاد پخته می‌شود. در این روش که از الگوی پخت فرهنگی پیروی می‌کند، پخت ناقص اتفاق می‌افتد و ارزش‌های غذایی ماده اولیه تا حدود زیادی از بین می‌رود. اما این روش از نظر جایگاه اجتماعی و طعم ویژگی‌های بیشتری نسبت به آب‌پز کردن ایجاد می‌کند.

بنابراین از نظر وسایل پخت و پز تنوری کردن و دود دادن جریاناتی طبیعی هستند، بدین معنی که در فرایند پخت غذاهای دودی جز هوا عنصر دیگری نقش ندارد. اما آب‌پز کردن و سرخ کردن جریانی فرهنگی هستند. زیرا در طبخ آن از موادی چون آب یا روغن استفاده می‌شود. بنابراین از نظر فرآورده نهایی، عمل پختن غذاهای دودی به فرهنگ، ولی غذاهای تنوری پز و آب‌پز و سرخ‌کردنی به طبیعت تعلق دارد. (لیچ، پیشین، ۴۷-۴۹).

همانطور که بیان شد «خام»، «پخته» و «گندیده» سه زاویه مثلث غذایی استروس را تشکیل می‌دهند.



شکل (۱): مثلث آشپزی

در این مثلث خوراکی‌ها از نظر میزان تغییرشان از شکل اصلی و تقابل بین فرهنگ و طبیعت دسته‌بندی شده‌اند. هر خوراکی در مکان به‌خصوصی از این مثلث قرار می‌گیرد.

فارغ از آنچه در اندیشه استروس نسبت به وجه ساختارهای اجتماعی و معناگرایی مثلث غذایی وجود دارد، اما این الگو از نظر مورد مطالعه این مقاله نیز دارای اهمیت و تحلیل است. در حقیقت در مثلث استروس به‌طور کلی تغییر خام بر اثر امور فرهنگی به گنداندن تعبیر می‌شود. در مدل کامل فرایند گنداندن (مانند آب‌پز کردن) ارزش‌های غذایی حفظ می‌شود. همچنین در سرخ کردن در روغن با حرارت زیاد غذا به حالت نیمه‌پخته در می‌آید. در این صورت ارزش غذایی چندان در ماده اولیه باقی نمی‌ماند و از نظر بهداشتی در ردیف غذاهای ناسالم محسوب می‌شود، هرچند طعم و مزه بهتری خواهد داشت.

تغییر در ماده خام توسط عوامل طبیعی مانند تنوری کردن، کباب کردن و... در مثلث غذای استروس تعبیر به پخته می‌شود. در این الگو ارزش‌های غذایی چندان مورد بهره‌برداری قرار نمی‌گیرد. اما به لحاظ اجتماعی در تراز بالاتری قرار می‌گیرد. چنانچه گوشت کبابی به نوعی نشان‌دهنده تمایز طبقاتی است.

دومین وجه از مبانی نظری در این مقاله، انسان‌شناسی تفسیری کلیفورد گیرتز^۱ انسان‌شناس برجسته آمریکایی، انتخاب شد. در انسان‌شناسی گیرتز توصیف ژرف (یا چندلایه) اهمیت ویژه دارد. در توصیف ژرف حقیقت به «اندیشیدن و بازاندیشیدن» یا «اندیشه اندیشه‌ها» خود را نشان می‌دهد. در حقیقت فرهنگ یک چیز نیست، بلکه یک بعد است. فرهنگ، ابژه‌ای نیست که به‌عنوان یک متغیر وابسته مورد مطالعه قرار گیرد. بلکه پرتوی است که از درون هر فرم اجتماعی قابل‌تصور می‌گذرد. پرتوی که می‌توان آن را روی یک نگاتیو به تصویر کشید. این موضوع ما را به توصیف ژرف می‌رساند (الکساندر، ۱۴۰۲، ۴۴). بنابراین مردم‌نگاری با بستری ساختارمند از مفهومی‌های چندگانه و پیچیده مواجه است که به‌گونه‌ای هم‌زمان، درهم پیچیده، نامنظم و ناروشن است. بسیاری از این ساختارها بر روی هم سوار می‌شوند یا به هم گره می‌خورند. مردم‌نگار در فرآیند توصیف چندلایه می‌تواند این پیچیدگی‌ها را حل کند تا به درک مناسب و درست دست یابد (گیرتز، ۱۳۹۸، ۱۷). توصیف ژرف توصیفی است که هم از نظر تحلیلی آگاهی‌بخش و هم از نظر فرهنگی دارای زمینه باشد. از این منظر روش‌شناسی تفسیری با توجه به ساختارها معنا می‌یابد، زیرا معانی عمیق همیشه در ساختار یک جامعه وجود دارد. یعنی اجزا همواره در یک کل دیده می‌شوند. توصیف ژرف، در حقیقت برساخته‌هایی از معنا هستند. مردم‌شناس در ارائه توصیف ژرف، بازآفرینی‌های هرمنوتیکی ارائه می‌دهد که از درون چرخه رابطه جزء به کل برساخته است. از این منظر رویکرد تفسیری نوعی تبیین است، تبیینی که در برساخته‌های معانی موضوعیت می‌یابد (الکساندر، ۲۰۰۸، ۱۳۹).

از نظر گیرتز فرهنگ پدیده‌ای عمومی است، چنانکه معنا نیز چنین است. مردم‌شناس در مواجهه با فرهنگ بیگانه در پی وسعت بخشیدن به پهنه گفتمان انسانی است، نه صرفاً گفتگوی مردم‌نگارانه؛ گیرتز حتی اموری چون آموزش، مشاوره، سرگرم کردن، پیشرفت اخلاقی و کشف سامان طبیعی در رفتار انسانی را جزو اهداف و کارکردهای انسان‌شناسان از اهداف انسان‌شناسی می‌داند (گیرتز، ۱۳۹۸، ۲۳).

بعد دیگری از انسان‌شناسی تفسیری که مورد توجه بود، مسئله عناصر نمادین در نظام باورها است. از نظر گیرتز نظام اجتماعی مجموعه‌ای از نمادهای سامان‌یافته و در هم تنیده است. انسان به نمادها و نظام‌های نمادین وابسته است. زیرا نمادها قوه خلاقه انسان را پرورش می‌دهد. آدمی هرچه با قوه خلاقیتش سازگاری داشته باشد، خود را بیشتر تطبیق می‌دهد (گیرتز، ۱۳۹۸، ۱۲۹). شکل‌گیری نمادها در یک روند آگاهانه اتفاق نمی‌افتد، بلکه از طریق امر ذهنی تولید می‌شود و شکل برون‌داد می‌یابد. گیرتز فرهنگ را سرشار از معانی می‌داند که توسط نمادها شکل می‌گیرد و بروز می‌یابد. نماد و نشانه در اندیشه نفسی از مهمترین عناصر و ابزار انتقال معنا هستند. در حقیقت عمل انسان‌شناس به‌مثابه یک نقد ادبی است که در آن رفتارهای فرهنگی همچون متن‌هایی هستند که باید شناخته و تفسیر بشوند. گیرتز از مفهوم شفافیت انشان‌شناختی صحبت می‌کند. یعنی تلاش در بازنمایی تصویری عمیق از پدیده‌های فرهنگی. از این منظر جامعه به‌مثابه یک متن و فرهنگ عامه مجموعه‌ای از متن‌ها است و کنش‌ها امری فرهنگی و در متن فرهنگ صورت می‌گیرد (پاکتچی، ۱۳۹۳، ۳۷).

در جهان انسانی بین نمادها و ساختار پیوند وجود دارد. مدل‌های نمادین فرآیندهایی هستند که کارشان بازنمایی فرآیندهای الگودار و بیان ساختاریشان به‌وسیله‌ای دیگر است (گیرتز، ۱۳۹۸، ۱۲۲). نمادها در نهایت نظام معنایی را شکل داده و در ساختار فرهنگی تجلی می‌یابند و به‌مثابه بستری مناسب جهت انتقال، تداوم و توسعه دانش و تجربه عمل می‌کنند. گیرتز از این منظر بر فرهنگ بومی تأکید دارد. این امر با مفهوم نشانه‌شناسی فرهنگ سازگار است. فرهنگ در حقیقت زمینه‌ای است که در چارچوب آن می‌توان اینها را به‌گونه‌ای قابل فهم توصیف چند لایه کرد. در نتیجه این تحلیل درون‌نگرانه، انسان‌شناسی را به سمت تفسیر

¹ Clifford Geertz

پدیده‌های اجتماعی از این حیث می‌کشاند که صورت‌بندی نظام‌های نمادین اقوام دیگر باید به‌صورت کنش‌مدارانه باشد. یعنی توصیف‌های ما از اقوام مختلف باید بر پایه ساختارهایی صورت پذیرد که آنها در آن زندگی می‌کنند و نیز ضوابطی که آنها استفاده می‌کنند تا توضیح دهند چه چیزهایی در زندگیشان اتفاق می‌افتد. گیرتز در عین حال به این نکته توجه می‌دهد که این توصیف‌ها بخش‌هایی از واقعیت خاص است که در نهایت توسط انسان‌شناسان توصیف و تفسیر می‌شود (گیرتز، ۱۳۹۸، ۲۱-۲۸).

انسان‌شناسان صرفاً محیط‌های انسانی (شهرها، روستاها، قبایل، شهرک‌ها، محلات...) را بررسی نمی‌کنند، بلکه بررسی خاص خودشان را در این قوالب انجام می‌دهند. می‌توان برخی چیزها، از جمله شیوع بیماری در یک منطقه چه رابطه‌ای با فرهنگ دارد؟، در مکان‌های محدود به بهترین نحو بررسی کرد.

انسان‌شناسی پزشکی از رویکرد تفسیری بهره برده است. زیرا آن نیز به دنبال تغییر درک ما از آنچه برای مردم از نظر سلامت و رفاه اهمیت دارد است. انسان‌شناسی پزشکی، با در نظر گرفتن طیف گسترده‌ای از مردم، دانش عمیقی در مورد راه‌هایی که مردم سلامت را درک می‌کنند و تصمیمات مربوط به سلامت را تنظیم می‌کنند، ایجاد می‌کند. همچنین دیدگاه‌های متقابل فرهنگی، تاریخی را در مورد سلامت در رابطه با بدن و جامعه ارائه می‌دهد. انسان‌شناسی پزشکی از رویکرد به فرهنگ حمایت می‌کند. رویکردی که برای درک فرآیندها و تغییر روش‌هایی مفید است که می‌تواند برای تحقیقات زیست‌فرهنگی مفید و معنادار باشد. برای مثال، درس‌ر و همکارانش در برزیل توانستند تجزیه و تحلیل در سطح کنش‌های فردی را با هنجارها و ساختارهای اجتماعی، از طریق تجزیه و تحلیل هم‌سویی فرهنگی فیزیولوژی استرس، افسردگی و نشانگرهای ژنتیکی مرتبط کنند (درس‌ر، ۲۰۱۲، ۳۹۱).

انسان‌شناسان پزشکی با تجزیه و تحلیل مردم‌محور و مبتنی بر تجربیات حاصل از آن، رفتارهای مرتبط با سلامت و رفتارهای خطرآفرین را تبیین می‌کنند (سینگر، ۲۰۲۲، ۲۵۱). در نهایت انسان‌شناسی پزشکی به انطباق مفهومی و روش‌شناختی می‌رسد، که به نوبه خود نوآوری فرارشته‌ای را در مورد مسائل مربوط به سلامت بدن، ذهن، فرد، جامعه و محیط پرورش می‌دهد.

انجمن انسان‌شناسی آمریکا، انسان‌شناسی پزشکی را این‌چنین توصیف می‌کند:

«رشته انسان‌شناسی پزشکی از رویکردهای نظری مختلف استفاده می‌کند. این رشته به همان اندازه به فرهنگ بهداشت عمومی توجه دارد که اپیدمیولوژی زیستی و ساخت اجتماعی، دانش و سیاست و علم، به عنوان کشف علمی و آزمایش فرضیه‌ها. انسان‌شناسان پزشکی می‌کوشند تا چگونگی سلامت افراد، تشکلهای اجتماعی و محیط زیست را مطالعه کنند و اینکه چگونه روابط متقابل انسانی و هنجارهای فرهنگی و نهادهای اجتماعی، سیاست‌های خرد و کلان و پدیده جهانی شدن بر موقعیت‌های محلی تأثیر می‌گذارد (پنتربریک، ۲۰۱۸، ۲۳۶).

انسان‌شناسی پزشکی بر این فرض است که بیماری به فراخور ماهیت آن و در پیوند با جامعه میزبان، مدیریت و درمان می‌شود. از این‌رو حالت‌های بیماری به نظامات اعتقادی و بازنمایی معین آن بستگی دارد. نظام‌هایی که منطق با فرهنگ آن جامعه است (متین، ۱۴۰۱، ۳۵-۳۶).

جامعه مورد مطالعه

اوغوزها یا غوزها یا ترکمن‌های امروزی، هرچند تاریخ و پیشینه مدونی ندارند، اما طبق منابع شفاهی و شجره‌نامه‌ها زردپوستانی بودند که حدود ۶۰۰۰ سال پیش در منطقه شمال دریاچه ایشیق^۱ زندگی می‌کردند. مورخان معتقدند اوغوزها (ترکمن‌ها) متعلق به شمال مغولستان بودند و از مشرق زمین به سمت غرب مهاجرت کرده‌اند. (کمالی، عسگری‌خانقاه، ۱۳۷۴، ۲۹). امروزه ترکمن‌ها به‌طور

^۱ Ishiq Gel

عمده در دو منطقه ترکمنستان و ترکمن‌صحرای ایران ساکن هستند. ترکمن‌های ایران در بخش‌های متعددی از شمال و شمال شرقی ایران شامل استان گلستان، خراسان شمالی و خراسان رضوی ساکن هستند. به زیستگاه ترکمن‌های بخش شمالی ایران «دشت ترکمن» یا «ترکمن صحرا» می‌گویند. محدوده‌ای که از قسمت شرقی دریای خزر در غرب استان گلستان آغاز و تا خراسان شمالی ادامه می‌یابد. ترکمن‌ها یک گروه قومی بزرگ^۱ با فرهنگ و سنت‌های کمابیش مشابه هستند که شامل طوایف و قبایل متعددی است و جمعیت آنها به بیش از ۱/۵ میلیون نفر می‌رسد. (همان، ۵۷). ترکمن بودن دارای سه شرط داشتن شجره ترکمنی یا عضوی از نوادگان فرزندان دست دوم ترکمن‌ها بودن؛ داشتن زبان و لهجه ترکمنی و مسلمان سنی حنفی مذهب، هستند.

روش‌شناسی

ماهیت این تحقیق محققان را به سمت رویکرد استقرایی و تحقیق کیفی متمایل گرداند. در این تحقیق آنچه دارای اهمیت است، مسئله ساختار و رفتارهای مبتنی بر آن و در نهایت تفسیر کنش‌ها به شیوه توصیف ژرف و انسان‌شناسی تفسیری کلیفورد گیرتز است. در پژوهش‌های کیفی محقق به‌سوی مردم می‌رود و رفتارهای مردم را در شرایط طبیعی ثبت می‌کند.

باقر ساروخانی معتقد است تحقیقات کیفی ژرفانگر هستند، تحقیقاتی هستند که پدیده را در عمق بشکافند، از علل و عوامل گویند، و بار کیفی، ارزشی و ذهنی پدیده‌ها را بازبندند...: مطالعات عمقی، تمامی ابعاد ناپیدای پدیده‌های ملموس را می‌شکافد، به دنیای ارزش‌ها راه می‌یابد و اعماق ذهن آدمی را به پژوهش می‌نهند (ساروخانی، ۱۳۸۴: ۶۹). این تحقیق از روش‌شناسی مبتنی بر نگرش مردم‌نگاری شکل گرفت.

داده‌های به دست آمده حاصل مطالعات اسنادی، مردم‌نگاری و مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته، است. در مردم‌نگاری ورود به میدان برای کشف تجربی و نظری جامعه مورد مطالعه اهمیت دارد. تفسیر نیز بیشتر با استفاده از تحلیل‌های متوالی و کدگذاری انجام شد (فلیک، ۱۳۸۸، ۲۵۳).

روش گردآوری اطلاعات در این تحقیق ترکیبی است و از روش اسنادی و مصاحبه، مشاهده و مصاحبه نیمه‌ساختاریافته بهره برده است. در مصاحبه نیمه‌ساختاریافته تلاش می‌گردد ضمن طرح پرسش‌های هدفمند، به مصاحبه‌شونده آزادی بیشتری در بیان تجربه زیسته خود داده شود. در عین حال کنترل مصاحبه به دست پژوهشگر است.

اسناد و مدارک یکی از منبع داده‌ها در پژوهش کیفی هستند. اسناد می‌توانند برای آشکار کردن معانی، گسترش ادراک و کشف دیدگاه‌های مرتبط با موضوع پژوهش، به پژوهشگر کمک کنند (ازکیا، ۱۳۹۰: ۸۰). در انجام این تحقیق با استفاده از روش کتابخانه‌ای، تئوری‌ها و پژوهش‌های صورت گرفته در حوزه مورد نظر جمع‌آوری گردید.

از منظر روش‌های میدانی بیشترین حضور محقق در میدان مبتنی بر تکنیک مصاحبه بوده است. مصاحبه‌ها بیشتر متمرکز بر اپیدمیولوژیست‌ها و برخی کارشناسان و مطلعین محلی بود که به روش گلوله‌برفی شناسا شدند. بنابراین پژوهشگر با ۱۴ مصاحبه به اشباع نظری رسید.

یافته‌ها

تغذیه در قوم ترکمن

^۱Ethni Group

قوم ترکمن به دلیل پیشینه زیست‌عشایری و به تبع آن اقتصاد دامپروری، اقتضائات خاص خود را یافته که در فرهنگ عامه و شیوه زندگی آنان قابل مشاهده است. ترکمن‌ها در روزگاری نه چندان دور برای صرف غذا روی زمین می‌نشستند و بر روی سفره غذاهای فرآوری شده از نان، گوشت و برنج را صرف می‌کردند.

در نظام غذایی ترکمن‌ها دو ماده نان و گوشت قرمز اهمیت زیادی دارد و پایه اولیه آشپزی را تشکیل می‌دهد. در این زمینه افزون بر نوع زندگی و زیست‌بوم آنان که از دیرباز مبتنی بر فرآورده‌های دامی بوده است، اما برخی مؤلفه‌های نظام اعتقادی و باورهای آنان نیز در شکل‌گیری ساختار نظام آشپزی و تغذیه آنان دخیل بوده است.

انواع غذاهای محلی و شیوه‌های طبخ در میان ترکمن‌ها

به گفته اعظمی‌راد غذاهای ترکمنی را در چهار گروه می‌توان دسته‌بندی کرد:

الف. غذاهایی با ماده اولیه گوشت و برنج

چکدرمه^۱: مواد تشکیل دهنده آن برنج، گوشت، روغن کنجد، پیاز و گوجه فرنگی (رب) است. در این غذا تکه‌های کوچک گوشت در روغن سرخ می‌شود و سپس آب‌پز می‌شود.

یاهانا^۲: همان چکدرمه است که عموماً بین ترکمن‌های ساحل‌نشین با گوشت ماهی طبخ می‌شود.

پولاما^۳: غذایی مجلسی است که در هفتمین روز تولد نوزاد طی جشنی طبخ و سرو می‌شود. در طبخ این غذا برنج را که بیست‌و‌چهار ساعت خیسانده شده است در روغن سرخ می‌کنند و پس از آن به مدت ۸ ساعت می‌جوشانند تا خمیر شود و روغن موجود در ته دیگ جذب شود. خمیر برنج را با شکر مخلوط می‌کنند و صرف می‌کنند.

ب. غذاهایی با ماده اولیه گوشت:

شارا^۴: ترکمن‌ها به کبابی کردن هر نوع گوشت بر روی ذغال یا آتش شارا می‌گویند. شارا در ایام عید قربان بیشترین مصرف را دارد.

قاوورما^۵: یا همان قورمه، گوشتی که در چربی خودش سرخ شده است و برای مدتی در شکمبه گوسفند نگهداری می‌شد و امروزه در یخچال و فریزر نگهداری می‌شود.

باتیرما^۶: غذایی که از گوشت و سیب زمینی تهیه می‌شود. پخت این غذا شبیه پخت آبگوشت است، با این تفاوت که در طبخ آن از آب بسیار کمتری استفاده شده و گوشت و سیب‌زمینی به میزان بیشتری در آن استفاده می‌شود.

شورلاما^۷: ترکمن‌ها ماهی نمک سود شده را اصطلاحاً شورلاما می‌نامند.

قاقماج: گوشتی که به صورت ورقه ورقه در آورده و نمک خوابانده می‌شود، سپس در آفتاب خشک می‌شود تا در زمانی که گوشت در دسترس نیست از آن استفاده شود.

ج. غذاهایی از گروه آش‌ها:

اون آش^۸: نوعی آش رشته است که به آن مقداری گوشت قرمز یا سفید اضافه شده است.

^۱ čekdérma

^۲ yahana

^۳ bülâmâ

^۴ sharaa

^۵ gâaurmâ

^۶ bâtimâ

^۷ šorlâmâ

قاتقلی آش^۱: آشی است که با ماست و اسفناج و گوشت‌های ریزشده پخته می‌شود. گاهی نیز به جای گوشت از ماهی نمک سود استفاده می‌کنند.

چوربا^۲: نوعی آبگوشت با چربی زیاد که انواعی دارد:

- قاراچوربا^۳: یا شوربای سیاه که نسبت به انواع دیگر دارای چربی کمتری است و در پخت آن از ادویه‌جات رنگین مثل زردچوبه استفاده می‌شود.

- قاوورما چوربا^۴: از گوشت قورمه (گوشت سرخ شده و نمک زده) تهیه می‌شود.

- قایناتما چوربا^۵: گوشت نمک‌سودی است که مانند آب‌گوشت تهیه می‌شود و در فصل زمستان مصرف دارد.

- یاغ‌چوربا^۶: سوپی متشکل از آب، پیاز و چربی که بیشتر برای کودکان مصرف می‌شود.

د. نان‌های روغنی:

بوروک^۷: نان بوروک که شبیه پیراشکی است که از مخلوط گوشت چرخ‌کرده و سیب‌زمینی آب‌پز کوبیده شده تهیه می‌شود. مخلوط را لای خمیر می‌پیچند و در روغن داغ سرخ می‌کنند. این نان مصرف زیادی در مین ترکمن‌ها دارد.

بیشمه^۸: نانی است شبیه به بامیه، که به همراه شیر و شکر و تخم مرغ و جوش شیرین در روغن داغ پخته می‌شود.

قاتلاما^۹: نانی است که به خمیر آن تخم‌مرغ اضافه کرده‌اند. سپس خمیر را به‌صورت ورقه‌های نازک در آورده و ورقه‌های خمیر را روی هم قرار می‌دهند. خمیرهای چند لایه را در روغن داغ سرخ می‌کنند. پس از آماده شدن بر روی آن شکر می‌پاشند، به‌گونه‌ای که شیرینی شکر در تمام لایه‌ها جذب بشود.

اکمک^{۱۰}: خمیر نان را به‌صورت لایه‌ای نازک و مدور در آورده در ته دیگ چدنی که پیشتر در آن روغن داغ وجود دارد قرار می‌دهند. پس از طبخ کامل آن لایه دیگری بر آن می‌افزایند. سپس لایه‌های پخته شده را از دیگ در می‌آورند و در هم می‌پیچند و در بین لایه‌ها شکر می‌ریزند. (چیزی شبیه به شیرینی کاک نزد مردم کرمانشاه). این نان عمدتاً با چای مصرف می‌شود.

چافاتی^{۱۱}: طرز تهیه آن مثل قاتلاما است با این تفاوت که از یک لایه به ضخامت تقریبی ۵ میلی‌متر تشکیل شد است تخم مرغ در طبخ آن استفاده نمی‌شود.

تحلیل شیوه زندگی و تغذیه ترکمن‌ها

لوی استروس در تقسیم‌بندی‌های دوگانه خود بر مبنای ساختارها، از جوامع سرد در برابر جوامع گرم یاد می‌کند. جوامع سرد غالباً زندگی سنتی دارند. هدف این جوامع حفظ تعادل و به حداقل رساندن سایش است. این جوامع برابری طلب و مخالف تغییر بوده و

¹ u.nâş

² gâtglâş

³ corvâ

⁴ gârâçorvâ

⁵ gâuurmâ corvâ

⁶ gâinâtâmâçorvâ

⁷ yaghçorvâ

⁸ borak

⁹ peşme

¹⁰ gatlama

¹¹ ekmek

¹² çâfâti

حفظ طبیعت و محیط زیست برایشان اهمیت دارد. جوامع سرد برای اینکه در برابر تغییرات مقاومت کنند همواره به حفظ آداب و رسوم و آیین‌های خود پایبند هستند. در این جوامع نقش باورها در شکل‌گیری ساختارها و نظامات گوناگون از جمله تغذیه نقشی برجسته است. به‌طور کلی غذاهای سنتی ترکمن‌ها را می‌توان در جدول یک جمع‌بندی کرد.

جدول (۱): نظام آشپزی ترکمن‌ها

ردیف	نوع	نام	مواد اولیه	روش طبخ	فرایند تبدیل	شیوه	توضیح
۱	خوراک	چکدرمه	گوشت+برنج	سرخ کردن/آب‌پز	خام به گندیده	گندیده	ناسالم
۲	خوراک	پولاما	برنج+شکر	آب‌پز	خام به گندیده	گندیده	خیساندن طولانی
۳	خوراک	پاهانا	گوشت+برنج	سرخ کردن/آب‌پز	خام به گندیده	گندیده	تاحدودی سالم
۴	کباب	شارا	گوشت قرمز	تنوری کردن	خام به پخته	پخته ناقص	ناسالم
۶	کباب		گوشت	تنوری	خام به پخته	پخته ناقص	ناسالم
۵	خوراک	قاوورما	گوشت قرمز	سرخ کردن	خام به گندیده	گندیده ناقص	ناسالم
۶	خوراک	باتیرما	گوشت+سیب‌زمینی	آب‌پز	خام به گندیده	گندیده	سالم
۷	خوراک	شورلما	گوشت قرمز	سرخ کردن	خام به گندیده	گندیده ناقص	ناسالم
۸		قاطماج	گوشت ورقه شده			خام	نمک و افتاب
۹	آش	اون آش	گوشت+رشته	آب‌پز	خام به گندیده	گندیده	ناسالم
۱۰	آش	قاراچوربا		آب‌پز	خام به گندیده	گندیده	سالم
۱۱	آش	قاوورما	گوشت+رشته	سرخ شده/آب‌پز	خام به گندیده	گندیده	ناسالم
۱۲	آش	قایناتما	گوشت نمک‌سود	آب‌پز	خام به گندیده	گندیده	ناسالم
۱۳	سوپ	باغ	گوشت	آب‌پز	خام به گندیده	گندیده	سالم
۱۴	نان	بوروک	گوشت/سیب زمینی / آرد	سرخ کردن/آب‌پز	خام به گندیده	گندیده	تاحدودی سالم
۱۵	نان	بیشمه	شیر/شکر/تخم مرغ/جوش آرد	آب‌پز	خام به گندیده	گندیده	تاحدودی سالم
۱۶	نان	قاتلاما	تخم مرغ، آرد، شکر	سرخ کردن	خام به گندیده	نیمه پخته	ناسالم
۱۷	نان	اکمک	آرد/شکر	سرخ کردن	خام به گندیده	نیمه پخته	ناسالم
۱۸	نان	چافاتی	آرد، شکر	سرخ کردن	خام به گندیده	نیمه پخته	ناسالم
۱۹	نان	تنوری	آرد گندم	پخت در تنور	خام به پخته	پخته	سالم

اصلی‌ترین مواد اولیه در نظام تغذیه ترکمن‌ها آرد گندم (نان) و گوشت است. ترکمن‌ها سال‌های متوالی دارای زیست‌عشایری بوده‌اند. نان به‌دلیل اقتضائات زندگی عشایری از مهمترین فرآورده‌های مورد استفاده است. طرز تهیه نان و ارزش غذایی آن از جهت انرژی‌زایی در زندگی روزمره، حمل آسان و عدم نیاز به وسایل گرم‌کننده یا نگهداری در شرایط دمایی خاص استفاده از آن را آسان و کاربردی کرده است. نان هرچند همواره در فرهنگ ایرانیان دارای قداست و ارزش بوده است، اما این ارزش در جامعه ترکمن دارای جنبه‌های نمادین است که میزان مصرف و کارکرد آن را در جامعه ترکمن فزونی بخشیده است. از این جهت در میان ترکمن‌ها افزون بر پخت نان ساده، روش‌های گوناگون ترکیبی برای تهیه نان مورد استفاده قرار می‌گیرد.

پس از نان، گوشت، به‌ویژه گوشت قرمز، بیشترین استفاده را در آشپزی ترکمن‌ها دارد. گوشت از مواد اولیه اصلی آشپزی در میان ترکمن‌ها است. در گذشته تولیدات دامی منطقه ترکمن صحرا به بیشتر مناطق کشور صادر می‌شد. هرچند امروزه کاهش چشمگیری

در تولیدات دامی ترکمن‌ها به چشم می‌خورد، و بیشتر ترکمن‌ها یکجانشین شده‌اند، اما هنوز هم چهارپایان نقش ویژه‌ای به عنوان مهم‌ترین منبع فعالیت‌های اقتصادی در ترکمن‌صحرا ایفا می‌کنند.

از این منظر تغذیه ترکمن مبتنی بر نان و گوشت قرمز و تا حدودی گوشت سفید (به دلیل مجاورت بخشی از مناطق ترکمن‌نشین با دریا) است. برنج نیز همانند بیشتر مناطق ایران در تغذیه ترکمن‌ها نقش ویژه‌ای داشته و به شیوه پخت برنج در بیشتر مناطق ایران مورد طبخ قرار می‌گیرد.

وعده‌های غذایی ترکمن‌ها عبارت است صبحانه، قوشلیق، ناهار و شام. ترکمن‌ها صبحانه را صبح زود میل می‌کنند و پس از آن حدود ساعت نه، میان وعده که در اصطلاح قوشلیق نامیده می‌شود، مصرف می‌کنند. قوشلیق، بیشتر یکی از نان‌هایی است که مردم منطقه به فراخور حال می‌پزند و با چای مصرف می‌شود.

در آشپزی سنتی ترکمن افزون بر مصرف نان‌های پخته شده به روش‌های سنتی، سه الگوی غذایی وجود دارد که عبارت است از غذاهای گوشتی، غذاهای ترکیبی از گوشت با برنج یا مواد افزودنی دیگر و آش.

نظام تغذیه ترکمن‌ها به گونه‌ای سازمان یافته است که از سبزیجات، صیفی‌جات و حبوبات کمتر بهره می‌برند. این دو مسئله (فراوانی مصرف گوشت و غلات و کمبود مصرف سبزیجات، صیفی‌جات، حبوبات و مغزها) در مطالعات کهورت استان گلستان فرضیاتی بود که دال بر ریسک بالای ابتلا در این قوم را شکل می‌داد.

ارتباط تغذیه و سرطان گوارش

یافته‌های این پژوهش نشان داد که تغذیه در میان جامعه مورد مطالعه یک مسئله اساسی در افزایش احتمال ریسک سرطان دستگاه گوارش است. به طور کلی می‌توان عوامل و فاکتورهای تغذیه‌ای را در جدول زیر خلاصه کرد.

جدول (۲): عوامل غذایی افزایش ریسک سرطان معده و مری

ردیف	عامل	نوع سرطان	شدت تأثیر
۱	مصرف چای داغ	مری	۸
۲	مصرف آب غیر لوله‌کشی	مری/معده	۷
۳	مصرف نمک زیاد	معده	کمتر از ۲
۴	عدم مصرف سبزیجات و میوه	معده	کمتر از ۲
۵	مصرف گوشت قرمز	معده	۱۸
۶	مصرف غذاهای مانده، برشته و سوخته شده	معده	۱۶

توصیف و تفسیر الگوی تغذیه در شبکه فرهنگی جامعه مورد مطالعه

در الگوی فرهنگی جامعه مورد مطالعه تغذیه را از دو منظر می‌توان مورد تحلیل قرار داد. نخست نظام آشپزی قوم ترکمن از دو جنبه طرز مصرف و شیوه طبخ مواد غذایی؛ دوم اعتقادات و باورهایی که در نظام تغذیه مؤثر بوده‌اند.

غذاهای سنتی مردم ترکمن از لحاظ الگوی طبخ لوی استروس که در جدول یک خلاصه گردید به این شرح است: غذاهای پخته و گندیده با ارزش غذایی کامل؛ چهار مورد؛ غذاهای پخته و گندیده ناقص: هفت مورد؛ غذاهای گندیده با روش پخت ناسالم: نه مورد امعان‌نظر در یافته‌های فوق نشان می‌دهد که بیش از نیمی از غذاهای سنتی از نظر بهداشتی در گروه غذاهای ناسالم دسته‌بندی می‌شوند. این الگو، طبق مطالعات، یکی از علل افزایش ریسک ابتلا به بیماری‌های گوارش در جامعه مورد مطالعه است.

مواد مصرفی در غذاهای سنتی ترکمن‌ها به ترتیب فراوانی تابع جدول زیر هستند:

جدول (۳): مواد اولیه در نظام آشپزی ترکمن‌ها

ردیف	نوع	فراوانی
۱	آرد (نان)	۶
۲	گوشت قرمز	۱۱
۳	گوشت سفید (مرغ و ماهی)	۴
۴	برنج	۳
۵	تخم مرغ	۲
۶	سیب‌زمینی	۲

نظام مصرف و نظام اعتقادات در شکل‌گیری تغذیه قوم ترکمن و ارتباط آن با پدیده سرطان گوارش

از دیرباز در میان ترکمن‌ها چهار پدیدهٔ تنور، اجاق، نان و نمک دارای تقدس و اهمیت بوده است. حضور چشمگیر این چهار پدیده در نظام غذایی اقوام ترکمن نشان از تأثیری دارد که این پدیده‌ها می‌تواند در نظام سلامت و بهداشت داشته باشد.

تنور در نظام باورهای ترکمن‌ها پدیده‌ای قدسی است. «میرکلال» و «بی‌بی فاطمه» در نزد ترکمن‌ها موکل و پیر تنور هستند. با توجه به گستردگی طریقت نقشبندی در بین ترکمن‌ها، می‌توان گفت که نام «میرکلال» برگرفته از نام «امیر کلال بن حمزه» از مشایخ بزرگ طریقت نقشبندی است. امعان نظر در قداستی که تنور در فرهنگ ترکمن دارد، به نظر می‌رسد واژه «کلال» با «کالی»، که یکی از نام‌های ایزدبانوی بزرگ است، بی‌ارتباط نباشد. از این منظر قداست نان و تنور را می‌توان در باورهای اسطوره‌ای قوم ترکمن دانست.

در توصیف ژرف این پدیده می‌توان افزود پخت نان نزد بانوان ترکمن تنها تأمین مایحتاج روزمره نیست. بانوان ترکمن هنگام پخت نان، در کنار تنور، از موکلان تنور مدد می‌خواهند و برای سلامتی و به‌روزی اهل خانه دعا می‌کنند. قداست تنور نزد بانوان ترکمن به حدی است که پس از پخت نان، در کنار تنور می‌نشینند و برای آمرزش درگذشتگان فاتحه می‌خوانند و برای افزایش برکت دعا می‌کنند. این موضوع در روش تفسیری قابل ارزیابی است. نان و نمک در میان ترکمن‌ها نماد برکت و فزونی است. بانوان ترکمن هنگام پخت نان کاسه آبی همراه خود به کنار تنور می‌برند، که نماد آب مقدس محسوب می‌شود. آنان هنگام پخت دستان خود را به آب تر می‌کنند و آن را به روی نان‌هایی که بر دیوارهٔ داخل تنور چسبانده شده، می‌پاشند و هر بار به آن اسمی می‌دهند.^۱ بعد از پخت نان، اگر آب در کاسه مانده باشد، در جایی به سمت قبله، با این اطمینان و گمان که هیچ پای روی آن نخواهد رفت، می‌پاشند؛ و نیت می‌کنند که آن آب به شهدا برسد. بنا به گفتهٔ سالخوردگان در گذشته اهمیت تنور چنان بوده است که اگر خانواده‌ای قصد می‌کرد از خانواده دیگر عروس بگیرد، در عملی نمادین، چوب «کِسوی»^۲ را از داخل خانه عروس می‌دزدید و به تنور خانه خودش اضافه می‌کرد، تا مقصود خود را به خانواده عروس اعلام کند. این عمل نمادین افزون بر خواستگاری دال بر آن است که خانواده داماد قصد دارند رزق و برکت دو خانواده را با هم درآمیزند. مشاهده می‌شود این امور نمادین برگرفته از امور مقدس، تا چه میزان می‌تواند در مصرف یک فرآورده مؤثر باشد.

^۱ اسامی عبارتند از: پاکلیک سووی (یعنی: آب پاک)، آقلیق سووی (یعنی: آب سفیدی)، قیزیل سو (یعنی: آب قرمزی)، برکت سووی (یعنی: آب برکت) (نک: قوجق، ۱۳۹۲).

^۲ کسوی چوب مخصوص برای زیر و رو کردن آتش داخل تنور است

افزون بر این ترکمن‌ها برای تنور نقش‌های خاص درمانی و پیشگیری نیز قائلند. به عنوان نمونه کودکی که زیاد گریه می‌کند یا زن بارداری که درد می‌کشد را در روز جمعه، سه بار دور تنور می‌گردانند. اگر گوش نوزادی درد بگیرد، نه بار دور تنور می‌گردانند. در زمان پخت نان، آبی که در کنار تنور نوشیده می‌شود و یا نانی که خورده می‌شود، ثواب زیادی دارد و باعث سلامتی است.

اجاق و آتش در باورهای ترکمن

باورهایی که در مورد تنور گفته شد، در مورد اجاق قابل تعمیم است. تنور و اجاق بدون آتش متصور نیست و آتش نیز در فرهنگ ترکمن عنصری مقدس و نماد اخفای امور باطل و شرور است که گاه در قالب بیماری‌ها پدیدار می‌شود. این را در برخی مناسک ترکمن‌ها از جمله ذکر خنجر و پری‌خوانی با محوریت آتش می‌توان دریافت.

نمود این جایگاه پیش از هر چیز در ممنوعیت اعمالی بروز می‌کند که برخورد آن با آتش را توهین‌آمیز تلقی می‌کند. مانند انداختن آب دهان بر روی آتش که امری حرام است. این موضوع در امثال و حکم ترکمن نیز وجود دارد. به عنوان مثال عبارت: بلا زیر آتش نمی‌ماند، کنایه از دفع شرور توسط آتش است. این قداست همراه با نقش آتش در پخت و پز شیوه آشپزی ترکمن‌ها را تنظیم می‌کند. از این رو بیشترین شیوه‌های طبخ غذا به کارگیری عنصر آتش و ایجاد نقش اصلی به آن در پخت است که یا به صورت بهره‌گیری از تنور و اجاق خود را نشان داده است (گنداندن)، یا با استفاده مستقیم از آتش در شیوه‌هایی چون تنوری و دودی کردن (پختن).

ارزش نمادین نان

نان گندم هرچند به خودی خود در باورهای ایرانیان پدیده‌ای مقدس و دارای احترام و اهمیت تلقی شده است، در میان ترکمن‌ها از آن جهت که محصول سه عنصر آتش، تنور و نمک که در نظام باورهای آنها دارای قداست است، ارزش و اهمیت بیشتری یافته است.

لیلا عسکری معتقد است، نان بر اساس باورهای کهن، هدیه ایزدانوی بزرگ و خدای زمین است و شکل آن نیز گرد است. زیرا دایره نیز نماد این ایزدانو است. دایره «لایتناهی» نمادی است مؤنث در تضاد با «محدود» مستقیم، مذکر، نیروی آفریننده پدرانه. بنابراین با توجه به آنچه گفته شد، واژه‌هایی که به نوعی نماد گردی و کروی بودن هستند، در ارتباط با ایزدانوی بزرگ قرار می‌گیرند. افزون بر شکل ظاهری نان که اصلی‌ترین ویژگی آن گردی است، مشابهت صورت آوایی «کولچه» با کالی - که یکی از نام‌های ایزدانوی بزرگ است - درجه قداست نان و تنور در بین ترکمن‌ها، نقش تأثیرگذار نان در افسانه‌ها و نیز بهانه‌های پخت آن - که برخاسته از مناسک و آئین است - نیز مشخص می‌گرداند.

میرشکرایی در این زمینه می‌نویسد «بی‌بی فاطمه» که در باور ترکمن‌ها یکی از موکلان تنور است؛ به نظر می‌رسد دال بر حضرت فاطمه (س) باشد. در ساختار اسطوره‌ای ایران آناهیتا (ایزدبانوی ایرانیان)، و در باورهای مذهبی حضرت فاطمه (س) در فرهنگ عامه دارای اشتراکاتی هستند. میرشکرایی معتقد است در طول تاریخ، برخی از جنبه‌های اسطوره‌ای آناهیتا که دیگر برای مسلمانان کارکرد خود را از دست داده بود، به اعتقادات مربوط به فاطمه (س) منتقل شده است. از این رو می‌توان پنداشت ترکمن‌ها نیز پس از تشرف به دین اسلام، باور کهن خود درباره کالی را به شخصیت فاطمه (س) انتقال دادند و او را موکل تنور می‌دانند.

پخت نان در مراسم‌ها و آیین‌های ترکمنی نیز رواج دارد. از نظر ترکمن‌ها مهمان ناخوانده عزیزترین مهمان است و از آن به عنوان مهمان خدا یاد می‌کنند و در بدو ورود به آنها نان هدیه می‌دهند.

کولچه ترکمنی که در آن برای خمیر کردن آرد از شیر، به جای آب، استفاده می‌شود؛ از دیرباز در مناسک آیینی ترکمن‌ها کاربرد داشته است. کولچه در قدیم از دیواره آلاچیق و امروزه از دیوار اتاق، بالای در ورودی، روی گهواره نوزاد و... می‌آویزند تا شیطان و اجنه به آن خانه راه پیدا نکنند، نوزاد با سلامت کامل به دنیا بیاید و اگر مسافری در راه است، به سلامت برگردد. ترکمن‌ها نخستین نانی که از تنور بیرون آورده می‌شود را به همان شکل از تنور در آمده به خانه می‌رسانند و معتقدند رزق خانه، در نخستین نان است. آخرین قرص نان را هم به هرکس که در اطراف باشد، می‌دهند.

بانوان ترکمن برای شرکت در جشن‌ها و عزاها، نان می‌پزند و با بقچه‌های نان در مراسم‌ها شرکت می‌کند. در این باره اعتقادی با جلوه‌های نمادین در میان ترکمن‌ها وجود دارد:

اگر در یک محله و آبادی، دو خانواده جشن عروسی داشته باشند، هر دو خانواده باید نان بپزند و به همدیگر نان بدهند. وگرنه عروس آنها به چله خواهد افتاد. به عبارتی، نازا خواهد شد، یا نوزادش سقط می‌شود. خانواده‌ای که به جشن عروسی می‌رود، در بقچه‌ای که با خود می‌برد، باید تعداد نان‌هایش جفت باشد و اگر به عزا می‌رود، تعداد نان‌هایش فرد باشد. این خود نمادی از تکمیل در ازدواج و وجود نقصان در عزا است. همان‌گونه که مشاهده می‌شود نان در میان ترکمن‌ها تنها به جهت ارزش غذایی دارای اهمیت نیست، بلکه امری مقدس است که کارکردهای متعددی در زندگی رومزه آنها دارد.

ارتباط مصرف نان با سرطان گوارش

مصرف نان در جامعه مورد مطالعه از آن نظر دارای اهمیت است که اولاً بیشترین مصرف را دارد؛ ثانیاً به علت تنوع در شیوه‌های پخت و اهمیت طعم و مزه از نظر بهداشتی در منطقه سلامت نیست.

یافته‌ها حاکی از آن است که مصرف زیاد غلات در سید غذایی جامعه مورد مطالعه، نه تنها منجر به برخی بیماری‌های گوارشی مانند رفلاکس معده^۱ می‌شود، بلکه باعث خروج مواد غذایی مفید و مؤثر در جلوگیری از بیماری‌های گوارشی همچون سبزیجات و صیفی‌جات، مواد مغذی سرشار از ویتامین‌های مورد نیاز بدن شده است. یافته‌های مطالعاتی اکبر فاضل‌تبار حاکی از آن است که در جامعه آماری مناطق پرخطر ۶۵ درصد افراد کالری مورد نیازشان را از مصرف غلات، به صورت فرآورده‌های نان تأمین می‌کردند. از این رو بخشی از مواد آلی و معدنی مورد نیاز از جمله ویتامین آ، کلسیم و آهن که دارای اثر مؤثر در کاهش ریسک بیماری‌های گوارشی است، از دسترس دور مانده است. افزون بر این شیوه پخت نان‌های سنتی بیشتر مبتنی بر سرخ کردن در روغن داغ بوده است که به گندیدگی تعبیر می‌شود. وجود ترانس‌های آزاد شده در شیوه طبخ بر ناسالم بودن این مواد می‌افزاید و در نتیجه امکان ابتلا را افزایش می‌دهد.

رابطه عدم مصرف سبزیجات و مواد غذایی فیبردار در سید غذایی جامعه و ریسک سرطان گوارش

یافته‌ها حاکی از آن است که بین ابتلا به سرطان گوارش و مصرف میوه و سبزیجات رابطه معناداری وجود دارد. بر این اساس افزایش دریافت فیبر رژیمی می‌تواند موجب کاهش خطر ابتلا به سرطان گوارش بشود. مطالعات نشان داد بسیاری از فاکتورهای غذایی که باید از طریق مصرف سبزیجات تأمین بشود^۲ در این مناطق کمتر از حد معمول است که این خود عاملی در ارتقای سطح ابتلا به بیماری‌های گوارش است.

^۱ رفلاکس پیش‌زمینه ابتلا به بیماری‌های گوارشی از جمله سرطان است.

^۲ شامل دریافت ریزمغذی‌ها، آهن و ویتامین آ و ویتامین ث.

بنابراین متخصصان بر این باورند که به دلیل کمبودهای برخی مواد معدنی، مصرف منابع گیاهی به ویژه سبزیجات دارای برگ‌های سبز تیره که نقش به سزایی در کاهش ریسک ابتلا به سرطان مری دارند، همچنین دریافت کلسیم با مصرف لبنیات کم‌چرب می‌تواند از بروز سرطان پیشگیری نماید.

مصرف گوشت قرمز با سرطان گوارش

زندگی دیرینه عشیره‌ای مبتنی بر دامپروری ترکمن‌ها، همان گونه که در فرهنگ ابتدایی جوامع بشری مطرح است، توتیمسم را برای آسان‌سازی روابط جامعه با طبیعت پدیدار ساخت. آنچه مسلم است هر آنچه نمادی از باروری باشد، می‌تواند دارای ارزشی توتیم‌گونه باشد.

با گذشت زمان و به تناسب شیوه زندگی ترکمن‌ها، توتیم تبدیل به عنصری ارزشمند در نظام باورها می‌گردد. در افسانه‌های ترکمن آمده است. گون خان جد اعلای ترکمن‌ها برای هریک از فرزندان خود و برادرانش جانوری را به عنوان «نونقون» یا همان توتیم معرفی کرد. نیز معین کرد در هنگام جشن گوشت کدام اندام نصیب کدام فرزند بشود، تا به نزاع منجر نشود. همچنین در اقوال تاریخی نیز بر مصرف گوشت همراه آداب و رسوم خاص معرف رفتار نمادین آنها بوده است. به عنوان نمونه می‌توان به متنی در جامع التواریخ اشاره کرد که درباره شیوه زندگی اوغوزها می‌نویسد:

«در قدیم در سر سفره میهمانی‌های بزرگ «طوی»^۱ هر کدام از قبیله‌های اوغوزی مشخص بود و به آن اندام گوشت «سونوک»^۲ می‌گفتند و هر چهار قبیله سونوک مخصوص داشتند. (راسخ، بی‌تا، ۱۳۵).

ناصر فکوهی معتقد است جایگاه قوچ به عنوان رهبر گله، نمایانگر نمادی کهن از راهبری است و همین امر باعث شده تا این حیوان نزد اجداد این قوم به عنوان توتیم شناخته بشود و بعدها در هنرهای سنتی آنها نیز ثبت گردد. (فکوهی، ۱۳۹۱، ۲۰۰). از این رو گوشت گوسفند از دیرباز به عنوان یکی از مواد اصلی طبخ غذا در میان ترکمن‌ها رواج داشته است.

مطالعات بین مصرف گوشت قرمز با سرطان گوارش ارتباط نشان می‌دهد. رضا ملک‌زاده اظهار می‌دارد مصرف گوشت قرمز^۳ احتمال سرطان روده بزرگ و کولون میانی را بالا می‌برد. یافته‌ها نیز مؤید آن است که مصرف گوشت در بیماران مبتلا به سرطان گوارش بالاتر از افراد سالم بوده است. بنابراین مصرف بالای گوشت قرمز در غذاهای سنتی قوم ترکمن یکی از دلایلی باشد که احتمال ابتلا به سرطان را افزایش می‌دهد. مطالعات انجام شده در این زمینه نشان می‌دهد مصرف گوشت با شیوه طبخی که در جامعه مورد مطالعه صورت می‌پذیرد (نیم‌پز بر اثر سرخ کردن یا کبابی) باعث آزادسازی برخی مواد شیمیایی مانند هیدروکربن‌های آروماتیک می‌شود که با تأثیر بر عملکرد ژنتیکی، استعداد ابتلا به سرطان را بالا می‌برد.

مصرف نمک و ارتباط آن با سرطان گوارش

نمک در فرهنگ ایرانیان نمادی از برکت است. مطالعات نشان داده است که مصرف نمک در بین ایرانیان و نیز قبائل ترکمن از سطح استاندارد بالاتر است. نمک نیز در فرهنگ عامه قوم ترکمن عنصری ارزشمند و دارای قداست است. در اسطوره‌های ترکمن، توتک خان که او را معاصر کیومرث می‌دانند برای اولین بار استفاده از نمک طعام را به مردم یاد داده است. بنابر این روایت، هنگامی که توتک خان در سیر و سیاحت به جایی می‌رسد که زمین آن شورزار بود؛ در وقت خوردن گوشت، توتک‌ای از دست وی به

^۱ طوی (ط‌وا): غذای گوشتی

^۲ استخوان

^۳ گوشت قرمز شامل گوشت بره، گوشت گاو، جگر و دیگر احشاء، همبرگر، سوسیس کالباس، هات‌داگ در نظر گرفته شد.

زمین می‌افتد، وقتی گوشت را پاک می‌کند و می‌خورد، گوشت نسبت به گذشته لذیذتر شده بود. بدین‌ترتیب، وی اولین بار نمک را پیدا می‌کند و در پختن غذا از آن استفاده می‌کند (بهادرخان، ۱۹۹۴، ۵).

این نشان اسطوره‌ای رواج نمک را در میان ترکمن‌ها فزونی می‌بخشد و آنها هم به دلایل اعتقادی و هم به دلایل خاصیت گندزدایی و هم به دلیل طعم و مزه مطبوعی که به غذا می‌دهد در مصرف آن زیاده‌روی می‌کنند. ترکمن‌ها در سر سفره همواره از نان و نمک استفاده می‌کنند. برای پذیرائی از مهمانان نیز قبل از هرچیز از نان و نمک استفاده می‌کنند، تا بنا بر سنت مهمان را نمک‌گیر کرده باشند. مهمانان نیز پس از شستن دست‌ها برای احترام به صاحب‌خانه مقداری نان و نمک میل می‌کند.

افزون‌براین در گذشته نه‌چندان دور نمک‌سود کردن یکی از روش‌های نگهداری انواع گوشت بوده است. در این روش گوشت را در محیطی سرشار از نمک قرار می‌دهند تا طی فرایندی شیمیایی محصول خشک شده و محیطی غیرفعال برای میکروب‌ها و باکتری‌ها تبدیل گردد. با وجود یخچال هرچند نمک سود کردن گوشت از میان رفته است، اما ماهی نمک سود هنوز در منطقه ترکمن صحرا رایج است.

مطالعات پژوهشگران نشان داده است مصرف نمک با سرطان معده ارتباط مستقیم دارد. مطالعات متعددی ارتباط بین مصرف زیاد نمک و عفونت‌های معدوی (عفونت هلیکوباکتر پیلوری) و ابتلا به سرطان معده را نشان داده است. یافته‌ها حاکی از آن است که خطر بروز سرطان معده با مصرف زیاد نمک تا ۶۸ درصد افزایش می‌یابد. حتی مصرف نمک در حد متوسط نیز این خطر را تا ۴۱ درصد افزایش می‌دهد.

مصرف چای

چای یکی از منابع مصرف در فرهنگ ایرانیان است که از وجوه چندانی برخوردار است و دارای کارکردهای مختلفی است. نوشیدن چای در حقیقت نوعی نشانه، زبان ارتباطی و ارزش نمادین است. در فرهنگ ایرانیان چای فرصتی برای نشستن برای ارتباط‌گیری و سکوت برای اندیشیدن فضا را برای بیان محیا کردن و نیز نوعی احترام متقابل است. نعمت‌الله فاضلی معتقد است چای نوشی نوعی راهبرد عملی در زندگی روزمره انسان ایرانی برای تحقق مقاصد گوناگون است. همین رویکرد در قومیت ترکمن هم قابل مشاهده است. مراسم آیینی صرف چای در میان مردم ترکمن نیز مانند دیگر نقاط ایران بر پایه نشانه فرهنگی سکوت استوار بوده و حامل معنا است و چای اسبابی می‌شود تا سکوت به معنای احترام و مصلحت‌اندیشی قومی، روابط خانوادگی و اجتماعی را تحکیم بخشد. چای در طول دوران همواره محور اصلی پذیرایی از مهمان بوده است. ترکمن‌ها در روزگاری نه چندان دور برای صرف چای اسبابی داشتند، پیاله‌ها و قوری‌های کوچک که اکنون جایشان را به فلاسک‌های بزرگ و استکان داده‌اند. اما چای کماکان دارای اهمیت گذشته است. آنها در مجالس برای پذیرایی چای سفره می‌اندازند و در آن نان و خوراکی‌های دیگر مثل پنیر و کره و کلوچه و غیره قرار می‌دهند. به‌طوری‌که هر مهمان، هر زمانی که وارد شود، در کنار خود اسباب ریختن و خوردن چای را در اختیار دارد.

ترکمن‌ها در مراسم‌های آیینی نیز جایگاه خاصی برای چای قائل‌اند. در جشن عروسی صرف چای بخش مهمی از مراسم را تشکیل می‌دهد. ترکمن‌ها در کنار چای نیز از انواع نان‌های روغنی و سنتی در میان‌وعده‌ها، مراسم‌ها و مهمانی‌های خود بهره می‌برند.

یافته‌های علمی بین طریقه و میزان مصرف چای و سرطان مری ارتباطی مستقیم نشان می‌دهد. یافته‌ها حاکی از آن است که مصرف چای در میان افراد مبتلا به سرطان مری به طرز معناداری از افراد سالم، در یک گروه سنی، اقلیمی و جنسی بیشتر بوده است. این در حالی است که بین طریقه مصرف چای هم تفاوت وجود دارد. بیشتر مبتلایان چای را در یک تا دو دقیقه بعد از ریختن و در

دمای بالای ۶۵ درجه می‌نوشیدند. این امر در مقایسه با کسانی که چای را در دمای زیر ۶۰ درجه سانتیگراد و ۴ تا ۵ دقیقه بعد از ریختن آن می‌نوشند تا ۱۰ برابر احتمال بروز سرطان مری را افزایش می‌دهد. از نظر پژوهشگران در میان فرضیه‌های مطرح شده، فرضیه قابل قبول این است که چای بسیار داغ موجب آسیب و در نتیجه افزایش نفوذپذیری مخاط مری گردیده و سطح ارتقا به سرطان را افزایش می‌دهد. بنابر مطالعات کهورت مصرف چای داغ مهمترین عامل افزایش ریسک در جامعه مورد مطالعه عنوان شده است.

ارتباط شیوه‌های طبخ و نگهداری غذا با مسئله سرطان گوارش

مطالعات صورت گرفته در شیوه طبخ نشان داده است بین شیوه طبخ مواد غذایی و سرطان گوارش رابطه مستقیم وجود دارد. طبق بررسی‌های مرکز سرطان ایالات متحده آمریکا طبخ غذا با حرارت بالا مانند سرخ کردن، کباب کردن و توری کردن، منجر به ایجاد انواع جهش‌های سرطان‌زا در حیوانات مورد مطالعه می‌شود^۱.

در مطالعات انجام شده در پروژه کهورت استان گلستان افراد مبتلا به سرطان مری در شرایطی انتخاب شدند که تا حد ممکن احتمال مسئله ژنتیک در آنها از خانواده درجه یک منتفی باشد. نتیجه به دست آمده حاکی از آن بود که برای اغلب غذاها به‌ویژه مرغ و پیاز درجه سرخ کردن و میزان مصرف غذای سرخ شده با حرارت بالا به مراتب بیشتر از افراد سالم بوده است. این مطالعات نشان داد که طبخ در درجه حرارت بالا و استفاده مکرر از روغن سرخ‌کردنی احتمال ابتلا به سرطان مری را افزایش می‌دهد.

شیوه طبخ نان‌های سنتی نشان از سرخ کردن و پخت مواد افزودنی در حرارت بالا دارد. پخت گوشت در نظام آشپزی ترکمن‌ها بیش از هرچیز به صورت سرخ کردن و کبابی کردن اتفاق می‌افتد که در اولی گنداندن ناقص و در دومی پخت ناقص اتفاق می‌افتد. همان‌گونه که در جدول غذاهای سنتی قوم ترکمن نیز بیان شد، بیشترین میزان طبخ غذا به‌ترتیب در شرایط سرخ‌کردنی و طبخ ناقص اتفاق افتاده است و می‌تواند یکی از عوامل ارتقای ریسک از جنبه تغذیه باشد.

همچنین استفاده زیاد از نمک و گوشت نمک‌سود، ریسک ابتلا را بالا می‌برد. ترکمن‌ها به دلیل زندگی ایللیاتی و تاریخی خود به‌وفور از نمک در نگهداری و طبخ غذا بهره می‌برند.

ازاین‌منظر این شیوه طبخ و نگهداری مواد غذایی در قوم ترکمن یکی از رفتارهای غذایی است که در افزایش ریسک سرطان مؤثر است.

نتیجه‌گیری

از مجموعه یافته‌ها می‌توان استنتاج کرد که نظام تغذیه در شیوع بیماری‌ها از جمله بیماری سرطان در جامعه مورد مطالعه نقش عمده‌ای دارد. مطالعه حاضر نشان داد که بیشترین مواد اولیه در نظام آشپزی سنتی جامعه مورد مطالعه عبارت است از: انواع نان، گوشت قرمز و برنج. مصرف نان بیشترین حجم مصرف را در میان سایر مواد غذایی در میان ترکمن‌ها دارد. این امر تابع شرایط فرهنگی و اجتماعی ترکمن‌ها است، اما در این بین ریشه‌های اعتقادی و باورهای جامعه مورد مطالعه نیز در این مسئله دخیل است. زیرا نان و اصلی‌ترین التزام فراوری‌اش که تنور و آتش است، نزد قوم ترکمن دارای ارزش و قداست است.

^۱ طبخ غذا در حرارت بالا منجر به ایجاد پلی‌هیدروسیکلیک آروماتیک آمیناز، پلی‌هتروسایکلیک آمیناز می‌شود که هر دو باعث بالا رفتن احتمال سرطان گوارش می‌شوند.

مصرف نان در جامعه مورد مطالعه از دو جهت بر سلامت افراد مؤثر است. نخست مصرف زیاد باعث شده است مواد غذایی مهم از جمله میوه‌جات، سبزیجات، صیفی‌جات و مواد مغذی که نقش پیشگیری در بیماری‌های گوارشی دارند، از سبد غذایی حذف بشود؛ ثانیاً شیوه‌های طبخ نان‌های سنتی از نظر بهداشت و سلامت مناسب نیست. عدم مصرف سبزیجات، میوه‌جات و مواد غذایی فیبریک در سبد غذایی جامعه مورد مطالعه از عوامل ارتقای ریسک سرطان است. مصرف گوشت قرمز، به‌خصوص گوشت گوسفند، که در باورهای جامعه مورد مطالعه دارای ارزش‌های اساطیری است، از عواملی است که ریسک بیماری را افزایش می‌دهد. مصرف بیش از حد نمک، که در نظام باورهای قوم ترکمن امری مقدس تلقی شده و برگرفته از باورها و اسطوره‌های جامعه مورد مطالعه است، چه به‌صورت مصارف روزانه و چه با استفاده از آن برای جلوگیری از فساد مواد غذایی و نیز فرآوری مواد از جمله گوشت قرمز و سفید، از عواملی است که ریسک سرطان را در جامعه مورد مطالعه افزایش داده است. مصرف چای به‌وفور و در حرارت بالا در جامعه مورد مطالعه از دیگر عوامل بالابرنده ریسک سرطان مری را در جامعه مورد مطالعه شناخته شد. مطالعات بیشترین ضریب در بروز سرطان مری را در جامعه مورد مطالعه، مربوط به مصرف چای داغ می‌دانند. شیوه طبخ مواد غذایی در جامعه مورد مطالعه بیشتر شامل سرخ کردن در حرارت بالا، کباب کردن و تنوری کردن است. این شیوه‌های طبخ ناقص، فعل و انفعالاتی در مواد اولیه به وجود می‌آورد که مصرف آنها منجر به افزایش ریسک بیماری گوارش در جامعه مورد مطالعه شده است. در مجموع می‌توان گفت بیشترین عوامل ریسک سرطان از نظر مؤلفه تغذیه در جامعه مورد مطالعه وجود دارد. از این جهت نظام تغذیه را می‌توان از مهمترین عوامل نمود و بروز سرطان گوارش در جامعه مورد مطالعه دانست.

منابع

- ازکیا، مصطفی؛ ایمانی جهرمی، حسین (۱۳۸۲). *روش‌های کاربردی تحقیق*. تهران: اطلاعات.
- استروس، کلود لوی (۱۳۹۴). *توت‌میسم*. مترجم مسعود راد. تهران: توس.
- اعظمی‌راد، گنبدردی (۱۳۸۲). *نگاهی به فرهنگ مادی و معنوی ترکمن‌ها*. مشهد: ناشرمؤلف.
- پاکتچی، احمد؛ درزی، قاسم (۱۳۹۳). *نقش ترجمه فرهنگی در مطالعات میان رشته‌ای با تأکید بر الگوهای نشانه‌شناسی فرهنگی*. فصلنامه علمی پژوهشی *مطالعات میان رشته‌ای*، سال ششم، ش: چهارم، صص: ۳۳-۴۹.
- جرجانی، موسی (۱۳۹۴). *ایرانیان ترکمن*. تهران: دفتر پژوهش‌های فرهنگی.
- حجاریان، محسن (۱۳۹۵). *مردم‌شناسی و موسیقی (گزیده مقالات)*. تهران: کارنامه کتاب.
- راسخ، محمدصالح (بی‌تا). *تاریخ و فرهنگ ترکمن‌ها*. به‌اهتمام عبدالعزیز عمر. بی‌جا. بی‌نا.
- ساروخانی، باقر (۱۳۸۴). *روش‌های تحقیق در علوم انسانی*. تهران: پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی.
- فکوهی، ناصر (۱۳۹۳). *تاریخ اندیشه و نظریه‌های انسان‌شناسی*. تهران: نشر نی.
- فلیک، اووه (۱۳۸۸). *درآمدی بر تحقیق کیفی*. م: هادی جلیلی. تهران: نشر نی.
- الکساندر، جفری (۱۴۰۲). *برنامه قوی در جامعه‌شناسی فرهنگی*. م: مسعود وفایی. تهران: نشر نگاه معاصر.
- کمالی، محمدشریف؛ عسگری خانقاه، علی‌اصغر (۱۳۷۴). *ایرانیان ترکمن: پژوهشی در مردم‌شناسی و جمعیت‌شناسی*. تهران: اساطیر.
- کمالی، محمدشریف (۱۳۶۲). *ریشه‌یابی قوم ترکمن‌های یموت، مجموعه مقالات مردم‌شناسی، دفتر دوم*. تهران: وزارت فرهنگ و آموزش عالی.
- گیرتز، کلیفورد (۱۳۹۸). *تفسیر فرهنگ‌ها*. ترجمه محسن ثلاثی. تهران: ثالث.

- لومبار، جک (۱۳۹۷). *مبانی نظری مردم‌شناسی*. م: جلال‌الدین رفیع‌فر. تهران: خجسته.
- لیچ، ادموند (۱۳۵۸). *لوی/استروس*. م: حمید عنایت. تهران: خوارزمی.
- متین، پیمان (۱۴۰۱). *انسان‌شناسی پزشکی*. تهران: فرهامه.
- ملک‌زاده، رضا؛ فضل‌اللهی، نرگس (۱۳۹۳). *مطالعه هم‌گروهی استان گلستان*. تهران: میرماه.
- میرشکرای، محمد؛ زیباکناری، سیدعلی (۱۴۰۲). *چای در ایران: پژوهش مردم‌شناختی*. تهران: پیشین‌پژوه؛ آزما.
- Alexander, Jeffery.c (2008) , Clifford Geertz and the Strong Program: The Human Sciences and Cultural Sociology, Cultural Sociology.
- Alexander, Jeffrey C.(2003). The meanings of social life : a cultural sociology. Translated by masoud vafae. Tehran, Asatir Publication. (in persian)
- Azami rad, Gonbad dordi(1382), The study of material and spiritual culture of Turkmen. Mashhad, Azamirad. (in persian)
- Azki, Mostafa; Imani Jahromi, Hossein (1382). Applied research methods. Tehran, ettelaat Publication. (in persian)
- Catherine Panter-Brick (2018), The field of medical anthropology in Social Science & Medicine, Social Science & Medicine: Vol. 196, pp. 233-239
- Darzi, ghasem; Pakatchi, Ahmad(). The Role of Cultural Translation in Interdisciplinary Studies; with the Emphasis on the Cultural Semiotics Patterns. Interdisciplinary Studies in the Humanities. Vol:6. No:4. P:33-49. (in persian)
- Dressler W.[William](#) (2012). "Cultural consonance: linking culture, the individual and health."
- Fakoohi, Naser(1393), History of anthropological thought and theories. Tehran, ney Publication. (in persian)
- Flick, Uwe (2006). An introduction to qualitative, research. Translated by Hadi Jalili. Tehran, ney Publication. (in persian)
- Geertz, Clifford(2021). The interpretation of cultures : selected essays. Translated by Mohsen Solasi. Tehran, Salles Publication. (in persian)
- Hajarian, Mohsen(1395). Anthropology of music(Selected articles), Tehran, Karnameh ketab Publication. (in persian)
- Jorjani, mousa (1394), Turkmen of Iran ,Tehran, Iran cultural studies office. (in persian)
- Kamali, Mohammadsharif(1362), The origins of the Yamut Turkmen people. *Anthropological Essays (Second Series)*. Tehran, Ministry of Culture and Higher Education (Anthropology Center). (in persian)
- Kamali, Mohammadsharif; Askari khaneghah, Aliasghar(1374). Turkmen Iranians. Tehran, asatir Publication. (in persian)
- Leach, Edmund Ronald (1358) IEVI - strauss, claude. Tehran, Kharazmi Publication..
- Levi-Strauss, Claud (1394). Le totémisme aujourd'hui. Translated by masoud rad. Tehran, Toos Publication. (in persian)
- Lombard, Jacques (1397), Introduction à l'ethnologie. Translated by Jalal,e,din rafi,e,far. Tehran, Khojasteh Publication. (in persian)
- Malekzadeh, Reza; Fazlollahi, Narges. Golestan Cohort Study(1393). Tehran, Mirmah Publication. (in persian)
- Matin, Peyman(2022), Medical Anthropology. Tehran, Farhameh Publication. (in persian)
- Mirshakrai, Mohammad; Zibakenari, Seyed Ali (2023). Tea in Iran: Anthropological Research. Tehran, Pisheenjajouh, Azma Publication. (in persian)
- Rasekh, Mohammadsalleh(?). History and culture of the Turkmen.?? (in persian)
- Sarokhani. Bagher (1384). Research methods in the humanities. Tehran, Institute for Humanities and Cultural Studies. (in persian)
- Singer, merri- Ericson, pamela (2022); Acompanion to Medical Anthropology: USA: Wiley-Blackwell

