

ویژه‌نامه اولین همایش بهداشت در آموزه‌های پیامبر اعظم (ص)

مجله دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان

دوره ششم، زمستان ۱۳۸۶، ۴۳-۴۸

بررسی توصیه‌های تغذیه‌ای اسلام و پیامبر اعظم (ص) و میزان هم خوانی آن با علوم پزشکی

حسن خدادادی^۱، علی خدادادی زاده^۲، محمد اسدپور^۳، مریم رفیعی^۴، زهرا کرمی‌پور^۵

دریافت مقاله: ۸۶/۳/۲۷ ارسال مقاله به نویسنده جهت اصلاح: ۸۶/۷/۲۴ دریافت اصلاحیه از نویسنده: ۸۶/۸/۱۹ پذیرش مقاله: ۸۶/۹/۳

چکیده

زمینه و هدف: پیامبر اکرم (ص) می‌فرمایند: "غذا نخورید تا این که گرسنگی حاصل شود و معده پاک گردد" گرسنگی، باعث میل به غذا، در جهت تأمین انرژی با عادات غذایی مطلوب گردیده که تحت تأثیر فرهنگ، اقتصاد و از همه مهم‌تر، مذهب می‌باشد. رژیم غذایی بهداشتی شامل پروتئین، چربی، کربوهیدرات، ویتامین، مواد معدنی، آب و ... در حد نیاز و تعادل بوده که موجب سلامت و طول عمر می‌گردد. توصیه‌های فراوانی در اسلام از جانب خداوند، پیامبر (ص) و ائمه طاهریین(ع)، ایراد گردیده، هم‌چنین در کتب علوم پزشکی از کتب طب داخلی و قلب گرفته تا کتب بهداشت و تغذیه، بر رعایت اصول تغذیه‌ای جهت حفظ سلامتی و ادامه زندگی سالم، توصیه شده است که بر پایه اصول علمی و پژوهشی به دست آمده و به جامعه بیماران و افراد سالم ارایه می‌گردد لذا با توجه به جهان شمول بودن دین اسلام و بهترین پلکان تکامل و سعادت انسان، پژوهشگران بر آن شدند تا با بررسی توصیه‌های اسلام در مورد تغذیه، میزان هم خوانی آن‌ها را با اصول علمی روزآمد در علوم پزشکی، دریابند که نتایج حاصله از آن به شناخت بهتر سیره نبوی و دین اسلام در نسل جوان بینجامد. با توجه به منابع اسلامی و تطبیق آن‌ها با توصیه‌های علم پزشکی در مورد تغذیه مشخص گردید که همه این آموزه‌ها با توجه به اصول علمی، تدوین و ارایه شده و با نتایج علمی مطابقت دارند که در صورت عمل به آن، انسان به سلامتی مطلوب، دست می‌یابد.

واژه‌های کلیدی: تغذیه، اسلام، پیامبر اعظم (ص)، علم پزشکی

۱- (نویسنده مسؤول) مربی و عضو هیأت علمی گروه آموزشی پرستاری اطفال، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان

تلفن: ۰۳۹۱-۵۲۲۵۹۰۰، فاکس: ۰۳۹۱-۵۲۲۸۴۹۷، پست الکترونیکی: khodadadi_h@yahoo.com

۲- مربی و عضو هیأت علمی، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان

۳- دانشجوی دکتری، دانشگاه تربیت مدرس

۴- کارشناس پرستاری، دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان

۵- کارشناس، مدرسه راهنمایی نمونه دولتی پروین اعتصامی رفسنجان