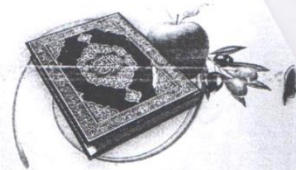




دولت مذهب است و مذهب بر مذهب است

همایش کشوری قرآن و سلامت

سازمان آگهی ۱۳۹۰



عسل به عنوان تغذیه قرآنی در بهبود روند بارداری و زایمان و دوران شیردهی (کد ۱۸۱)

آرژینا کیانی آسیابیر^{۱*}، سودابه حسن زاده^۲، شفیقه محمدی تبار^۱، معصومه حیدری

۱. اعضاء هیئت علمی دانشگاه شاهد

۲. کارشناس مامایی

email: kiani@shahed.ac.ir : *

چکیده

سابقه و هدف: بحث تغذیه مورد توجه بسیاری از مردم جهان می باشد و متخصصین زیادی در جهان روی این بحث کار می کنند. ولی هنوز یک الگوی مناسب برای تغذیه صحیح ارائه نشده است، چرا که هر الگویی از تغذیه با توجه به دیدگاه محدود هر متخصص به جغرافیای تن انسان تنظیم شده است. لذا این الگو راه گشای عده قلیلی از انسانها آن هم به طور موقت بوده است. زیرا که هر فرد با توجه به خصوصیات ژنتیکی، متابولیسیمی، مزاجی، هورمونی، اخلاقی و مزاجی مخصوص خودش بایستی غذا بخورد که طراحی این امر ممکن نیست مگر آنکه علم کافی نسبت به بدن هر فرد وجود داشته باشد.

مواد و روش ها: در این مقاله بررسی کتابخانه ای است و به تفصیل در مورد عسل از دیدگاه قرآن و احادیث و نقش آن در بارداری و زایمان و دوران شیردهی بحث خواهد شد

یافته ها: قرآن کریم همه جانبه به ابعاد وجودی و خلقت انسان به طور دقیق نگرسته و در هر موردی دستورات کلی و کاملی ارائه نموده است. از جمله عسل که قرآن در باره آن می فرماید: خداوند به زنبور عسل وحی کرد که در کوهها و درختان و سقپهای رفیع منزل گیرد. سپس از میوه های شیرین و حلاوت گل های خوشبو تغذیه کنند و راه پروردگارش را به اطاعت بپویند. آنگاه از درون آنها شربت شیرینی به رنگ های مختلف بیرون آید که در آن شفای مردمان است. ما امروز می دانیم عسل حاوی مواد ضد میکروب و ضد قارچی است و به علت داشتن گلوکز و فروکتوز باعث تولید انرژی سریع و انرژی طولانی می گردد. لذا مصرف آن در طی روند زایمان انرژی لازم برای این فعالیت را تامین می نماید تا فرد دچار کمبود انرژی، احساس خستگی و درد بیشتر نکند. عسل از تغییرات بیشتر گلوکز خون در هنگام بعد از زایمان نیز جلوگیری کرده و غلظت گلوکز خون را حفظ کرده و فرد را برای شیردهی آماده می کند. عسل به عنوان یک آنتی اکسیدان قوی قادر است رادیکال های آزاد در بدن را خنثی کند و از افزایش رادیکال های آزاد جلوگیری نموده و به بهبود عملکرد سیستم ایمنی کمک کند و حساسیت به عفونت را کاهش داده و در ترمیم زخم های بعد از زایمان نیز موثر باشد. همچنین عسل به یک ملین، هضم کننده غذا، بهبود حافظه، درمان لکه های پوستی و ... موثر است.

نتیجه گیری: عسل اکسیر با ارزشی در بارداری و زایمان است و باید مصرف آن در این دوران توصیه شود.

به نام خدا



همایش کشورهای قرآن و سلامت



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی مازندران

شماره: ۴/۲۳۹
تاریخ: ۱۳۹۰/۹/۵

گواهی ارائه مقاله

بدینوسیله گواهی میشود:

خانم آرزیتا کیانی آسیابری

از تاریخ ۱۳۹۰/۹/۲ لغایت ۱۳۹۰/۹/۳ در همایش قرآن و سلامت (کد: ۱۱۰۰۰۶۶۴) که توسط دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی مازندران (کد: ۱۴۱۱۱) برگزار گردید، مقاله خود را با عنوان «عسل به عنوان تغذیه قرآنی در بهبود روند بارداری و زایمان و دوران شیردهی» بصورت سخنرانی ارائه نموده‌اند و با توجه به مجوز شماره ۱۰۳۳۵۱/۶/۲ مورخ ۱۳۹۰/۸/۲۸ اداره کل آموزش مداوم جامعه پزشکی برابر با ۲ (دو) امتیاز از برنامه‌های سمینارها و کنگره‌ها (موضوع نوع چهارم ماده ۳ ضوابط نحوه اجرای برنامه‌ها) را کسب کرده‌اند.

دکتر احمد علی عنایتی
معاون تحقیقات و فناوری دانشگاه

محمد علی افضلی
دبیر علمی همایش

معاونت تحقیقات و فناوری

دانشگاه مازندران

«وَنَزَّلَ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ» (اسراء ۸۲)

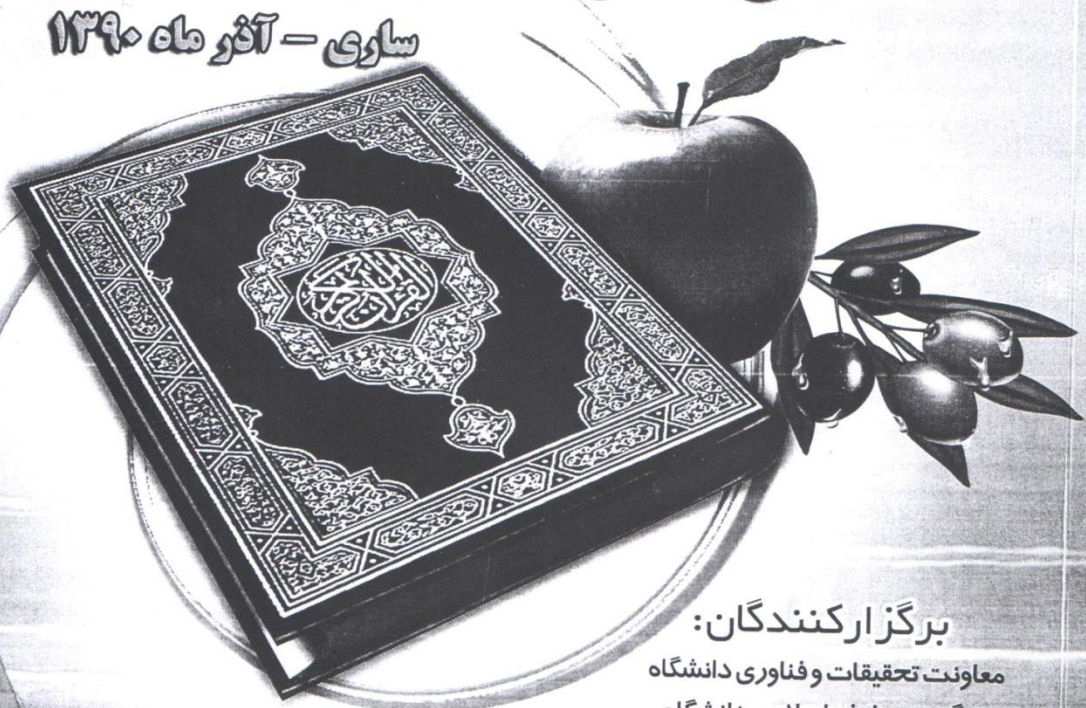


دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی
مازندران
معاونت تحقیقات و فناوری

خلاصه مقالات

همایش کشوری قرآن و سلامت

ساری - آذر ماه ۱۳۹۰



برگزارکنندگان:

معاونت تحقیقات و فناوری دانشگاه

گروه معارف اسلامی دانشگاه

نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری دانشگاه