

## عنوان مقاله:

عنصر روی و نقش حیاتی آن در بدن انسان

## محل انتشار:

اولین همایش زمین شناسی زیست محیطی و پزشکی (سال: 1386)

تعداد صفحات اصل مقاله: 5

## نویسندگان:

سیدمحمد سیدعلیزاده گنجی - عضو هیات علمی دانشگاه لرستان-گروه معدن

سیدنجم الدین الماسی - عضو هیات علمی دانشگاه لرستان-گروه معدن

محمد مهدی فرهپور - عضو هیات علمی دانشگاه لرستان - گروه زمین شناسی

## خلاصه مقاله:

عنصر روی از نظر کمیت دومین عنصر کمیاب موجود در بدن پس از آهن بوده و از طرفی در اعمال متابولیسم و در ساختمان آنزیمهای مغزی شرکت می کند. به عبارتی ناکافی بودن و مصرف بیش از اندازه این فلز می تواند سلامتی انسان را به خطر بیندازد. روی خواص سودمندی از قبیل ضد ویروس، ضد باکتری، ضد تابش و ضد سرطان داشته و همچنین برای رشد عمومی تمامی بافتها ضروری بوده و از کوتولگی و عقب افتادگی افراد جلوگیری می کند و سیستم ایمنی بدن را تضمین می کند. تمرکز این عنصر در بدن بیشتر در سلولهای کبد، کلیه، لوزالمعده، غده پروستات، استخوانها، سیستم گوارش و خون، مینا و عاج دندان، چشم، پوست، مو و ناخن می باشد، به طوریکه کمبود این عنصر اثر سوئی می تواند بر روی هر یک از این اعضا به دنبال داشته باشد. مصرف روی به صورت دارو یا غذا می تواند در علاج بسیاری از بیماریها مانند آب سیاه، آسم، جوش جوانی، خارش پوست، پروستات، آلزایمر، زخم پا، وزوز گوش، بوی بد دهان، عفونت مثانه، ناتوانی جنسی، دیابت، فراموشی، انواع سوختگیها و ... موثر و مفید واقع گردد. با توجه به اهمیت این عنصر در رشد و سلامت انسان افراد می توانند به طور طبیعی هر روزه با خوردن غذاهایی که حاوی روی هستند حتی در غلظتهای بسیار پایین این فلز را دریافت کنند. بهترین منبع روی گوشت قرمز، تخم کدو، جوانه گندو، حبوبات و غلات همراه با سیوس می باشند که هر فردی برای جلوگیری از عوارض فوق می تواند هر یک از این غذاها را در رژیم غذایی خود قرار دهد. معمولاً افرادی که میزان روی در بدن آنها به دلیل دریافت مداوم متعادل است، روی در بدن آنها انباشته نمی گردد و از طریق مدفوع و ادرار روی اضافه دفع می گردد. اما گاهی مصرف بیش از اندازه روی در طولانی مدت به صورت دارو و خودسرانه یا از طریق آشامیدن آب یا سایر مایعات نگهداری شده در ظروف گالوانیزه باعث ضایعات جدی در دستگاه گوارش می گردد و توانایی بدن را در زمینه جذب و استفاده از سایر مواد معدنی ضروری از قبیل مس و آهن را مختل می سازد و عوارضی از قبیل کم خونی ایجاد می کند. در این مقاله پس از تبیین جایگاه عنصر روی در بدن مواری از قبیل مزایای روی برای انسان، مقدار روی مورد نیاز برای بدن، چگونگی جذب و دفع روی در بدن و عوارض ناشی از ازدیاد مصرف روی در انسان به طور مفصل مورد بحث قرار گرفته است.

## کلمات کلیدی:

عنصر روی - کمبود روی - بدن انسان - ظروف گالوانیزه

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/15583>



