

عنوان مقاله:

تاثیر سبک غذایی در قرآن کریم بر پیشگیری و کنترل سرطان

محل انتشار:

دومین همایش ملی قرآن و علوم زیستی با محوریت غذای سالم (سال: 1395)

تعداد صفحات اصل مقاله: 8

نویسندگان:

هاجرالسادات منصوری تهرانی - دانشجوی دکتری بیوتکنولوژی، گروه بیوتکنولوژی، دانشکده علوم و فناوری های نوین، دانشگاه اصفهان

محمد ربانی خوراسگانی - دانشیار گروه زیست شناسی دانشکده علوم دانشگاه اصفهان

خلاصه مقاله:

بیان مساله و هدف پژوهش: ابتلا به سرطان همچنان از مهمترین چالش های سلامت بشر است در افزایش بروز سرطان؛ افزایش سن و امید به زندگی، سیگار کشیدن، رژیم غذایی نادرست، آب آلوده، هوای آلوده و عدم تحرک موثر است. سرطان معده کشنده ترین سرطان در مردان ایرانی است و سرطان پستان شایع ترین علت مرگ ناشی از سرطان در میان زنان ایرانی است. ثابت شده است که 80 تا 90 درصد از همه سرطان ها مرتبط با تغذیه و عوامل محیطی است که برخی قابل پیشگیری هستند به عنوان نمونه 80 تا 85 درصد موارد ابتلا به سرطان ریه به طور مستقیم به سیگار کشیدن مرتبط است امروز توجه زیادی به تغذیه سالم معطوف شده است، زیرا هر گونه انحراف از تغذیه طبیعی و صحیح احتمال ابتلا بته بیماری هایی مانند سرطان را افزایش می دهد در این تحقیق تاثیر تغذیه مبتنی بر آموزه های قرآنی در پیشگیری و کنترل سرطان مدنظر قرار گرفته است. روش و چگونگی انجام پژوهش: این تحقیق با انجام مطالعات کتابخانه ای و مرور مقالات با موضوع تغذیه و سرطان و نیز تعمق در برگزیده ای از آیات قرآنی و احادیث معتبر معصومین علیهم السلام صورت گرفته تا رهنمودهایی در امر تغذیه سالم به منظور پیشگیری و کنترل سرطان حاصل شود. یافته ها و نتیجه گیری: اهمیت نقش تغذیه در پیشگیری و یا کنترل سرطان امری محرز است در سبک غذایی افراد جامعه عوامل مختلف از جمله اعتقادات افراد و فرهنگ جامعه نقش دارد و با توجه به اهمیت تغذیه، دین مبین اسلام نه تنها نسبت به آن بی تفاوت نیست بلکه با تامل در قرآن کریم و احادیث منقول از ائمه اطهار علیه السلام، می توان به الگوی تغذیه ای مطلوبی برای انسان دست یافت که به نظر می رسد از جنبه های مختلف می تواند سبب کاهش سرطان شود برخی از این اصول عبارتند از: 1. لزوم بهره گیری از غذاهای حلال و پاکیزه (مومنون 51 و بقره 172 : کلا من الطیبات) به همراه توصیه های غذایی خاص 2. رعایت اعتدال در خوردن و نوشیدن (اعراف 31 : کلو واشربوا ولا تسرفوا) 3. اجتناب از رفتارهای پرخطر و عدم استفاده از مواد مضر (بقره 195 : لا تلقوا بایدیکم الی التهلکه) 4. فعالیت بدنی (ورزش) و پرهیز از چاقی

کلمات کلیدی:

قرآن، تغذیه صحیح، سرطان

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/909469>

