

عنوان مقاله:

بررسی خواص تغذیه ای و درمانی انجیر از دیدگاه طب اسلامی، طب سنتی و طب نوین

محل انتشار:

دو فصلنامه تعالی بالینی، دوره 5، شماره 2 (سال: 1395)

تعداد صفحات اصل مقاله: 16

نویسندگان:

میرحسن موسوی - دانشیار گروه بهداشت مواد غذایی و آبریان، دانشکده دامپزشکی، دانشگاه تبریز، تبریز

نسیم شایوسی - دانش آموخته مقطع دکتری بهداشت و کنترل مواد غذایی، گروه بهداشت و کنترل مواد غذایی، دانشکده دامپزشکی، دانشگاه تهران، تهران

سیدامین خطیبی - دانش آموخته مقطع دکتری بهداشت و کنترل مواد غذایی، گروه بهداشت و کنترل مواد غذایی، دانشکده دامپزشکی، دانشگاه تهران، تهران

خلاصه مقاله:

انجیر (Ficus carica) یکی از قدیمی ترین و پرمصرف ترین میوه ها در دنیا است که ایران نیز یکی از مهمترین کشورهای تولید کننده انجیر در جهان محسوب می شود. با گسترش و پیشرفت علم در حوزه های مختلف، روزه روز فواید و خواص طبی و تغذیه ای جدیدی از این میوه مشخص می شود. با پژوهش در قرآن، روایات و احادیث امامان معصوم (ع) درمی یابیم که به بسیاری از خواص اثبات شده در علوم جدید، قبلاً اشاره شده است. انجیر در کتاب های مقدس یهودیان و یونانیان قدیم نامبرده شده و خداوند نیز در قرآن کریم به آن قسم یاد کرده است. این میوه ملین بوده و در طب سنتی در درمان بیماریهای متعددی از جمله بواسیر، نقرس، جدام و صرع موثر می باشد. فواید دیگری که برای انجیر عبارتند از: کاهش فشارخون، تب، وزن، التهاب، افزایش تراکم استخوانها و جلوگیری از ضعف عضلانی است. این مقاله با هدف بررسی آیات قرآن، احادیث و روایات موجود در ارتباط با خواص مصرف انجیر انجام شد تا اهمیت توصیه های موجود در این منابع و همخوانی آن با آخرین یافته های علمی در پزشکی نوین بیش از پیش اثبات گردد. در این تحقیق، خواص طبیانجیر از منظر قرآن کریم، احادیث و منابع طب سنتی و همچنین آخرین تحقیقات علمی در طی سالهای 1999-2016 مورد بررسی و مطالعه قرار گرفت. علاوه بر توصیه های قرآن و تاکید پیامبر و ائمه معصوم (ع) و علوم سنتی نسبت به مصرف انجیر، نتایج مطالعات اخیر نیز نشان میدهد که این میوه در درمان بسیاری از بیماری ها نظیر سرطان، بیماریهای قلبی عروقی، عفونی، دیابت، اسکیزوفرنی، صرع، بیخوابی، استرس، یبوست و سمیت کبدی می تواند موثر واقع شده و نیز دارای اثرات ضدالتهابی، ضد میکروبی و آنتی اکسیدانی است. یافته های علمی محققان در سالهای اخیر موید توصیه های قرآن و احادیث ائمه (ع) در مورد انجیر بوده و بیانگر لزوم تفکر و تعمق بیشتر در منابع طب اسلامی و سنتی است.

کلمات کلیدی:

انجیر، طب اسلامی، طب سنتی، طب نوین، تغذیه، درمان

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/600816>

