

بررسی روزه از نظر طبی

یک تحقیق جالب و علمی مستند از قانون بزرگ «روزه» (۱)

در ماه رمضان سال گذشته یک جلسه بررسی علمی و تحقیقی پیرامون روزه در دانشکده پزشکی اسفهان، با شرکت عده زیادی از دانشمندان و اساتید دانشگاه برگزار گردید و ما در شماره ماه رمضان سال گذشته گزارش مختصر این «سپوزیوم» را بجا بیاوردیم و اینک ضمن سخنرانی مفید و جالب و تحقیقی را که از نظر طبی در آن «سپوزیوم» ایراد شده طی چند شماره در اختیار خوانندگان محترم میگذاریم.

وقبل برای اطلاع خوانندگان محترم از کلیه موضوعاتی که در این بحث تحقیقی آمده فهرست همه مطالب مورد بحث آنرا قبلاً می‌آوریم.

- ۱ - غذای روزانه یک فرد چقدر باید باشد ؟
- ۲ - غذای روزانه توسط و کامل یک فرد ایرانی چقدر است ؟
- ۳ - بررسی مطالعاتی که بر روی نرسیدن خوراک یا کم رسیدن آن انجام گرفته و نتیجه آنی که ممکنست از این راه در بدن بوجود آید .
- ۴ - در روزه‌ای که ما می‌گیریم چه تغییراتی در مقدار غذا و مصرف کالری بدن پیدائی می‌شود و بررسی تغییرات احتمالی ساختمان بدن و متابولیسم آن .
- ۵ - برای چه اشخاصی روزه واجب نیست یا حرام است ؟ (از نظر شرعی)
- ۶ - درجه بیماریائی یا حالائی روزه ممکنست زبان آور باشد ؟ (از نظر طبی)
- ۷ - فوایدی که از نظر طبی در روزه مترتب است .

(۱) ماخذ و مدارک این سخنرانی باین ترتیب است:

- قرآن مجید سوره: بقره آیات ۱۸۲-۱۸۱ سوره قیامت - آیه: ۱۰
- کتاب تهذیب الاحکام جزء چهارم - چاپ دوم - ۱۳۷۹ هجری قمری - قم - مؤسسه مطبوعه مدرسه علمیه
- کتاب عیانی فیزیولوژی بیماریها تألیف Beat و Taylor، صفحه ۷۴۸ و ۵۵۶۳۲۱۵۸۸۴
- کتاب فیزیولوژی تألیف - گایتن (Guyton) صفحات ۸۶۲ و ۸۶۳
- کتاب متابولیسم پروتئینها - هورویچ، بن‌المللی، بیبا مقاله پرده‌شور، ولیر، صفحه ۱۶۱ تا ۱۶۳ چاپ پرینگر، سال ۱۹۶۲
- ایسیکاویدی بزرگ‌طبی (بولشایا مدینس نیسکا یا ایسیکاویدی) چند هفتم صفحات: ۹۴۹ تا ۹۶۴
- کتاب گلستان شیخ‌سلح‌الدین سعدی شیرازی شرحیح محمد علی فردوسی صفحات: ۱۰۷ و ۱۰۸ باب سوم

۸ - آیا روزه برای یک شخص سالم ممکنست زبان آور باشد مخصوصاً این موضوع که آیا روزه در یک شخص «غیر او لسی» ممکنست تولید «اولسر» کند یعنی آنرا یک عامل «اولسرن»، (زخم‌زا) حساب کرد ؟

پادآوری این نکته لازمست بحثی که در این شماره و شماره آینده چاپ میشود دو قسمت اخیر این سخنرانی است که ما به این جهت که مناسبت بیشتری با ماه رمضان داشت این قسمت را جلواتخاذیم و بی از این دو شماره قسمت اول این سخنرانی را به ترتیب خود از نظر خوانندگان محترم خواهیم گذراند .



فوایدی که از نظر طبی بر روزه مترتب است

تجربیات جدید نشان داده‌است که روزه اثرات دفع سموم و قلیاایات داشته و نیروی اشتها را بدتر نیز افزایش میدهد و یکی از بهترین محرکات جوان کردن نسوج بدن به شمار میرود ، علاوه بر این چندسالی است که روزه را بعنوان درمان بعضی بیماریها بکار می‌برند که بنام «روزه درمانی» خوانده میشود . و آن عبارت از روزه داری متوالی و آشامیدن مقدار مختصری آب یا آب میوه برای مدت سه - هفت روز یا بیشتر است که تا سی روز نیز بخوبی قابل تحمل بوده‌است .

این نوع درمان از قدیم در عهد یونان و مصر قدیم معمول بوده ، از قرن پانزدهم در اروپا بدست فراموشی سپرده شد ولی در سال ۱۸۸۰ بعد مجدداً اثرات نیکوی آن در درمان برخی بیماریها به ثبوت رسیده و بتدریج رواج کامل پیدا نمود تا اینکه قریب بیست سال است صورت منظم و مرتب تجویز میشود از آن جمله در کشورهای آلمان ، فرانسه و آمریکا که طرفداران نسبتاً زیادی دارد ، موارد استعمال این نوع درمان بیشتر در بیماریهای است که از اختلال متابولیسم ناشی میشود مانند رماتیسم مزمن ، نقرس ، دیابت ، بسیاری از بیماریهای کلیه ، آمیب پزشکی، تصابشرائین ، الکلیسم مزمن ، گاستریت ، بعضی بیماریهای عصبی و روانی و غیره و حتی بقتیده بعضی مصنفین روسی در درمان اولسرهای مزمن مده اثنی عشر ا

موارد عدم تجویز آن ، تومورهای بدخیم پیشرو ، بیماریهای بدخیم خون ، سل حاد لاعرضی شدید و نارسائی قلب نظائر آن میباشد . البته روزه‌ای که در اسلام تجویز شده باین نوع روزه کاملاً متفاوت است و به بنای آن علاوه بر تقویت روح ایمان و فداکاری و ایجاد نظم و دیسپلین در اجتماع نوعی تمرین جسمی و روحی و ریاضت مفیدی است که قدرت مقاومت بدن را در مقابل ناملازمات و شدائد جسمی و روحی مسلماً بالا میبرد و شاهد آن نتایجی است که از تجربیات دانشمندان ملل مختلف گرفته شده و مدار قسمت‌های پیش به جزئی از آن اشاره کردیم اما آنچه را نباید فراموش کرد آنست که اصولاً روزه در مذهب اسلام یک دستور شرعی است و بر شخص مکلف سالم گرفتن روزه واجب است خواه فواید آنرا بداند یا نداند .

ح - روزه و زخم معده و اثنی عشر

چندی است که درج اید مطالبی درباره رابطه بین روزه و زخم های جهاز هاضمه منتشر شده و مخصوصاً شایع است که در کنگرهای که «رتو کیو درباره علل زخم معده» واقف شده تشکیل شده عده ای از شرکت کنندگان و از آنجمله نمایندگان چند کشور اسلامی مانند ترکیه ، سوریه مصر ، چین اظهار عقیده کرده اند که روزه در تولید این زخم ها دخالت دارد و در چند روزنامه نیز از طرف بعضی از همکاران جوابهایی باین شایعات داده و تأیید وی سی طلب را ادا کرده اند برای سهولت بحث موضوع را بدو قسمت تقسیم کنیم :

اول - آیا روزه در شخص سالم ممکنست تولید زخم های معده و اثنی عشر کند ؟

دوم - آیا یک شخص مبتلا به «اولسره» جهاز هاضمه میتواند روزه بگیرد یا نه ؟

اول - آیا روزه ممکن است علت تولید زخم های معده و اثنی عشر شود ؟

در بررسی علل زخم های معده و اثنی عشر که آنها را پیام کلی «اولسره های پپتیک» مینامند بنگات زیر بر میخوریم :

۱ - این زخم ها اصولاً بکثرت بیماری بوده و مخصوصاً اولسراتی عثرتی بیماری عمومی بدن است که عده زیادی از دانشمندان آنها را جزء بیماریهای روانی نی پاپسیکوسوماتیک می شمارند که منشأ اصلی ناراحتیهای روانی بوده و علاجه آن بشکل «اولسره» خودسالی میکند و مابعداً در این باره بیشتر بحث خواهیم کرد .

۲ - از نظر جنس ، زخم اثنی عشر بیشتر در مردان و زخم معده در هر دو جنس بیکسان مشاهده میشود یا زود زمانندگی فراوان است .

۳ - این بیماری مخصوصاً زخم اثنی عشر در سالهای اخیر بیش از پیش مشاهده میشود و عده ای معتقدند که با ماشینی شدن زندگی و پیشرفت تمدن این بیماری نیز فراوان شده است .

۴ - در مردم شهر نشین بیشتر از روستاییان مشاهده میشود .

۵ - در اشخاص عصبی مزاج مخصوصاً آنانکه ناراحتیهای روحی داشته یا نتوانند خود را با محیط سازگار نشان دهند بیشتر مشاهده میشود .

۶ - صاحبان مشاغل فکری و با اصطلاح پشت میز نشین ها مخصوصاً آنانکه هر آن ممکن است دچار محظورات و مشکلات نابهنگام شوند بیشتر دچارند . مثلاً پزشکان ، وکلای عدلیه ، مشاغل اداری که مسئولیت زیاد داشته باشند - مدیران کارخانهها یا مؤسسات تجارتی بزرگ و بالاخره مشاغلی که در آنها زبان و فکر بیشتر از دست و پا کار کند . و در این عده آنها نیز که بیشتر احساساتی هستند و با اصطلاح احساساتشان بر عقلشان میچربد بیشتر مبتلا میشوند .

۷ - از نظر عادات آنها آنانکه اعتیاد به کشیدن دخانیات مخصوصاً بقدر زیاد بیش از ده سیگار در روز دارند و یا آنها که عادت به خوردن آجیل و با اصطلاح چله دارند و از کودکی تا مرتب غذای میخورده اند یا بهشبهه قرنگان ظهر کوچک که عصر کوچک ۱۱ میل میفرمایند بیشتر دچار اولسره میشوند - برعکس در آنانکه به کم خوری عادت کرده اند کمتر وجود دارد و ناتمام