

هوالشافی

خوراکی‌هایی برای اصلاح تغذیه، از دیدگاه طب اسلامی

دکتر حسن اکبری، دانشیار پاتولوژی که در بحث داروهای گیاهی و طب اسلامی و سنتی مقالات بسیاری ارائه کرده است در گفت و گو با خبرنگار سینانیوز گفت: «باید دید فردی را که چاق صدا می‌زنیم از لحاظ علمی واقعاً چاق است یا نه. کسی که از لحاظ ژنتیکی تنومند است و دارای استخوان بندی درشت است را نباید چاق نامید. باید افراد تنومند و افراد چاق که بیمار محسوب می‌شوند را جدا کرد.»

دکتر اکبری افزود: «از لحاظ پاتولوژی چاقی یک نوع اختلال سلولی است. در تمام سطح سلولی بدن میلیون‌ها گیرنده و پمپ‌های خاص وجود دارد که دائماً و به طور هوشیارانه در حال فعالیت هستند تا سلول‌های بدن ظاهر نرمالی داشته باشند و در باطن به درستی به وظیفه خود عمل کنند. تقریباً تمام این گیرنده‌ها و پمپ‌ها، وابسته به انرژی هستند و این انرژی را از طریق مولکول ATP بدست می‌آورند ATP از مصرف غذا حاصل می‌گردد.»

وی درباره دلیل ایجاد شکم در بین افراد جامعه تصریح کرد: «ایجاد شکم در افراد چیزی نیست جز ورم سلولی. چون بافت‌های شکم شل می‌شوند و در نتیجه قدرت مقابله با فشار شکم را ندارند. این مسئله باعث می‌شود که شکم در بدن ایجاد شود. تنها راه مقابله با ایجاد شکم اصلاح تغذیه‌ای است.»

وی ادامه داد: «حال اگر کسی تغذیه نامناسب داشته باشد سلول‌های بدنش توان سوزاندن مواد غذایی را نخواهند داشت و اگر ATP به اندازه کافی به این گیرنده‌ها و پمپ‌ها نرسد در تعادل الکترویکی درون و برون سلول اختلال ایجاد می‌شود و این اختلال و عدم کارایی سلول منجر به عدم تعادل سدیم در داخل سلول و افزایش سدیم می‌شود. در نتیجه دچار افزایش آب درون سلولی شده و به اصطلاح ورم داخل سلولی می‌شود.»

معهده، خانه تمام بیماریها است.

این دانشیار پاتولوژی درباره تجویز داروهای گیاهی و غیر گیاهی قبل از اصلاح تغذیه‌ای، گفت: «در روایات و در فرمایشات بزرگان طب سنتی از جمله ابن سینا آمده است؛ اگر طبیبی قبل از اینکه تغذیه بیمار را درست کند به او دارو تجویز نماید انگار کمر به قتل وی بسته است. همچنین در روایتی از حضرت رسول اکرم (ص) آمده است که فرموده‌اند معده، خانه تمام بیماریها است و پرهیز در رأس تمام درمانها قرار دارد. با استناد بر این روایت می‌توانیم قبل از اینکه بسیاری از بیماریها شکل گیرند جلوی ورود آن به بدن را بگیریم.»

مصرف دارچین، زعفران و زنجبیل برای لاغری.

اکبری درمورد خوراکی‌های بسیاری که در اصلاح رژیم غذایی به بیماران مراجعه کننده به پزشکان طب سنتی تجویز می‌شود، گفت: «گیاهانی مثل دارچین، زعفران و زنجبیل به سلول‌های بدن انرژی می‌دهند و می‌توانند سلول‌های باز شده را به حالت اولیه برگردانند و در نتیجه باعث لاغری افراد می‌شود. یک تغذیه عمومی به تمام مراجعه کنندگان داده می‌شود. بعد از اینکه تغذیه اصلاح شد، دارو به افراد داده می‌شود. تمام داروهای تجویز شده برای سوختن چربی نیست بلکه برای برگرداندن حالت ورم سلول‌ها به صورت اولیه است.»

گل گاوزبان به جای چای سبز و سیاه.

وی ادامه داد: «اصلاح تغذیه‌ای که به بیماران مراجعه کننده داده می‌شود بر مبنای قرآن و طب سنتی است. روغن‌هایی از قبیل روغن کرمانشاهی، دنبه و کوهان شتر جایگزین روغن‌های صنعتی می‌شود؛ چون این روغن‌ها باعث می‌شود سلول‌ها به حالت اولیه برگردند و آب اضافی خود را دفع کنند. چای سیاه و سبز قطع می‌شود و جایگزین آن گل گاوزبان تجویز می‌کنیم. آب سرد مطلقاً قطع می‌شود و جایگزین آن آب جوشیده ولرم و شربت عسل تجویز می‌شود.»

مصرف عرقیات گیاهی، ارده و شیره انگور، شیره خرما یا عسل

اکبری ادامه داد: «برای بازگرداندن سلول‌ها به حالت اولیه از عرقیات گیاهی نیز استفاده می‌شود. در وعده صبحانه ارده و شیره انگور، شیره خرما یا عسل تجویز می‌شود. در طب اسلامی بر عکس اعتقادات

غرب که می‌گویند وعده شام حذف شود در مقابل وعده ناهار را حذف کرده و به جای آن به بیماران گفته می‌شود که خرما مصرف کنند.»

وی درباره خاصیت خرما گفت: «در بسیاری از افراد چاق، خوردن خرما باعث کاهش وزن آنان شده است. خرما به عنوان یک داروی گیاهی به بیماران داده می‌شود، که در برخی از بیماران تا روزی 20 خرما نیز تجویز شده است.»

شیر گاو شفا و شیر گوسفند سم است.

دکتر حسن اکبری ادامه داد: «ماست، شیر و دوغ از وعده‌های غذایی حذف می‌شوند، و در صورت صلاحدید و اصرار بیمار بر مصرف آن شیرهایی که مستقیماً از حیوان گرفته می‌شود را بعد از جوشاندن به آنان پیشنهاد می‌دهیم. همچنین در روایات نیز آمده است که شیر گاو شفا و شیر گوسفند سم است.»

دکتر حسن اکبری

متخصص و دانشیار آسیب شناسی سلولی

محقق و مدرس طب اسلامی - ایرانی