

هوالشافی

روزه داری و سلامت

پاکسازی سلول‌های بدن با روزه داری/ استفاده از روزه درمانی در طب نوین

تهران - ایرنا - محقق طب سنتی و اسلامی گفت: سلول‌های بدن، سامانه‌های هوشمندی هستند که هنگام گرسنگی، مواد زائد و رسوبات سلولی را تجزیه کرده و از آن، انرژی تولید می‌کنند و بعد از یک ماه روزه داری، تمام سلول‌های بدن پاکسازی می‌شوند.

دکتر حسن اکبری روز دوشنبه در گفت و گو با خبرنگار سلامت ایرنا افزود: همه اعضای بدن از مو تا ناخن از سلول تشکیل شده و کار سلول‌ها به موتورهای بنزینی شباهت دارد به آن معنا که ابتدا سوخت وارد آن شده و سپس با اکسیژن ترکیب می‌شود و انرژی تولید می‌کند و همانگونه که هر موتوری پس از مدتی کار کردن، دچار ته نشین شدن رسوبات می‌شود، در سلول‌ها نیز این اتفاق می‌افتد که اسامی مختلفی مانند رسوب مواد کربنی و رنگدانه های پیری دارند و موجب می‌شوند که بدن درست کار نکند. وی خاطرنشان کرد: بنابراین بدن انسان مانند موتور خودرو نیاز به پاکسازی سالانه دارد؛ ماه رمضان امسال باید از حدود چهار صبح تا 9 شب -تقریباً 18 ساعت- روز بگیریم به آن معنا که بدن فعالیت داشته باشد و در عین حال آب و غذا مصرف نکند که این فرآیند، نوعی وارد کردن استرس به سلول‌های بدن محسوب می‌شود.

این استاد پاتولوژی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی ادامه داد: سلول‌های بدن، سامانه‌های هوشمندی هستند به آن معنا که هنگام گرسنگی، مواد زائد و رسوبات سلولی را تجزیه کرده و از آن، انرژی تولید می‌کنند و بعد از یک ماه، تمام سلول‌های بدن پاکسازی می‌شوند.

اکبری با اشاره به روایت «برای هر چیزی زکاتی است و زکات بدن روزه است»، گفت: بدن ما به ازای هر مولکول، گلوکز (نوعی قند) می‌سازد یعنی همه مواد خوردنی در بدن ابتدا باید تبدیل به گلوکز شده و سپس داخل سلول، بسوزد. به ازای سوختن هر یک دانه مولکول گلوکز، بدن 6 مولکول دی‌اکسید کربن -

که از طریق تنفس دفع می‌شود -، 6 مولکول آب خالص و 38 مولکول آدنوزین تری فسفات یا ATP (نوعی حامل انرژی در بدن) تولید می‌کند.

وی تصریح کرد: برخی‌ها، آب نخوردن هنگام روزه داری را سخت می‌دانند اما هنگامی که بدن 18 ساعت، تشنه می‌ماند، سلول‌ها تمام مواد زائد گوشه و کنار سلول‌ها را می‌سوزانند و آب تولید می‌کنند.

استفاده از روزه درمانی در درمان سرطان

این محقق طب سنتی و اسلامی اظهار داشت: حتی امروزه در کشورهای پیشرفته‌ای مانند آمریکا، بحث روزه درمانی (fasting therapy) مطرح است و از آن برای درمان سرطان استفاده می‌کنند و حتی اثربخشی روزه درمانی را برابر با شیمی درمانی می‌دانند.

اکبری گفت: البته روزه آنها فقط به نخوردن غذا محدود می‌شود و اما در روزه اسلامی، خوردن آب و حتی فرو بردن سر زیر آب، ممنوع است که مطمئناً حکمتی دارد؛ فقط روزه طبی اسلامی است که می‌تواند سلول‌ها را از مواد زائد پاکسازی کند.

دکتر حسن اکبری

متخصص و دانشیار آسیب شناس سلولی

محقق و مدرس طب اسلامی - ایرانی