



صرف حجم زیاد و سریع غذا برای روزه داران خوب نیست

یک فوق تخصص دستگاه گوارش و کبد گفت: صرف غذای نامناسب با حجم زیاد و به صورت سریع وضعیت جسمانی روزه داران دستگاه گوارشی را با مشکلاتی مواجه خواهد کرد...

یک فوق تخصص دستگاه گوارش و کبد گفت: صرف غذای نامناسب با حجم زیاد و به صورت سریع وضعیت جسمانی روزه داران دستگاه گوارشی را با مشکلاتی مواجه خواهد کرد.

شهرام آگاه در گفت و گو با سلامت نیوز، با بیان اینکه افرادی که از بیماری های داخلی و دستگاه گوارشی رنج می برند با شرایطی خاص امکان روزه گرفتن دارند، گفت: بیماران که دارای اختلال آب و الکترولیت هستند و کنترل مناسبی بر نگهداری آب در بدنشان ندارند نباید روزه بگیرند و این بیماران تنها در صورتی که تحت نظر پزشک معالج خود قرار داشته باشند می توانند روزه داری کنند.

این عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران تصریح کرد: گروه دیگر از بیماران که امکان روزه داری را ندارند افرادی هستند که از نارسایی کلیه رنج می برند چراکه آب و در کل مایعات نقشی اساسی در کارکرد مناسب این عضو از بدن دارد و کمبود آن می تواند برای وضعیت جسمانی این دسته از بیماران چندان خوشایند نباشد.

وی افزود: بیماران دیابتی که از انسولین استفاده می کنند نیز تنها در صورتی که بیماری دیابت شان از نوع خفیف باشد امکان روزه گرفتن را دارند و در غیر اینصورت باید از اقداماتی که موجب تشدید علائم بیماریشان می شود به شدت پرهیز کنند. آگاه ادامه داد: آن دسته از افرادی که دارای اختلالات قلبی و عروقی پیشرفته هستند نیز باید توجه داشته باشند که کاهش حجم مایعات بدن تاثیر بسزایی در پمپاژ قلب و افزایش مشکلات دستگاه قلبی و عروقی آنها می تواند داشته باشد.

وی با عنوان این مطلب که برخی از بیماری های دستگاه گوارش نیز می تواند با روزه داری افراد تشدید شود، متذکر شد: بیماری سیروز کبدی نیز که با تجمع مایعات در شکم افراد همراه است امکان روزه داری را تا حدودی منتفی می کند چرا که در این نوع از بیماری کنترل آب و عمل الکترولیت صورت نمی گیرد و فرد بیمار با روزه دار با مشکلی اساسی مواجه خواهد شد.

این فوق تخصص دستگاه گوارش و کبد تاکید کرد: بیماران سیروز کبدی نیز تنها در صورت صلاحدید پزشک معالج امکان روزه داری را خواهند داشت.

وی افزود: البته بیماران نیز هستند که روزه داری می تواند شرایط متفاوت تری را برای وضعیت جسمانی آنها به همراه داشته باشد؛ افرادی که از رفلاکس مری به معده رنج می برند با روزه داری علائم جسمانی آنها ممکن است بهتر شود. آگاه گفت: زخم معده نیز از جمله بیماری هایی است که در صورتی که تحت نظر پزشک معالج صورت گیرد مشکل خاصی را به همراه نخواهد داشت.

وی تصریح کرد: تنها افرادی که دارای سوء هاضمه هستند می توانند با روزه داری علائم بیماریشان تشدید شود. این عضو هیات علمی دانشگاه ایران تاکید کرد: بیماران که دارای یبوست شدید هستند نیز با روزه گرفتن علائم بیماریشان افزایش پیدا کند و در صورت روزه داری به این افراد پیشنهاد می شود در ساعاتی که روزه ندارند مصرف آب و مناسب آب و سبزیجات را در دستور غذایی خود داشته باشند.

وی اظهار داشت: روزه داری برای بیماران سنگ کلیه و مجاری ادراری و همچنین اسهالی موجب تشدید بیماریشان خواهد شد.