

مسمومیت های غذایی را در سفر جدی بگیرید

یک متخصص تغذیه گفت: «رفتن به رستورانهای بین راهی غیر بهداشتی و غیر استاندارد در ایام عید، آموزش غیر مستقیم به کودکان و انتقال ژن معیوب به نسل های آینده است تا موارد بهداشتی را نادیده بگیرند.»...



یک متخصص تغذیه گفت: «رفتن به رستورانهای بین راهی غیر بهداشتی و غیر استاندارد در ایام عید، آموزش غیر مستقیم به کودکان و انتقال ژن معیوب به نسل های آینده است تا موارد بهداشتی را نادیده بگیرند.»
 دکتر تیرنگ نیستانی در گفتگو با «سلامت نیوز»، اظهارداشت: با توجه به نزدیکی ایام عید به مردم توصیه می شود در مسافرتها موازین بهداشتی را رعایت و تغذیه سالم و استاندارد داشته باشند.
 وی افزود: «غذاهای دستکاری شده مثل کباب، سالاد و غذاهای گوشتی در معرض فساد و مسمومیت قرار دارند و برای سفر و بین راه مناسب نیستند.»
 این متخصص تغذیه تصریح کرد: «غذاهای طبخ شده در ابتدا باکتریهای اندک و غیر مضر دارند و در طول مسیر و با گذشت زمان تکثیر و مسمومیت زا می شوند.»
 نیستانی گفت: «غذاهای طبخی که به دستکاری نیاز دارند بهتر است هنگام توقف و استراحت در بین راه طبخ شود تا از سلامت بیشتری برخوردار باشد.»
 وی ادامه داد: «بسیاری از افراد نیز به رستوران های بین راهی مراجعه می کنند که در صورت عدم توجه به موازین بهداشتی و استانداردها امکان مسمومیت های شدید وجود دارد.»
 این متخصص تغذیه: «بسیاری از افراد با تفکر اینکه مسمومیت غذایی تنها به شکل اسهال و استفراغ ساده بروز می کند و اقدامات درمانی لازم را انجام نمی دهند.»
 نیستانی سیستم ایمنی کودکان و افراد مسن را ضعیف دانست و اظهار داشت: «در افرادی که سیستم ایمنی ضعیفی دارند مسمومیت غذایی مشکل ساز است و می تواند سلامتشان را به خطر اندازد.»
 وی تصریح کرد: «رفتن به رستورانهای بین راهی غیر بهداشتی و غیر استاندارد آموزش غیر مستقیم به کودکان و انتقال ژن معیوب به نسل های آینده است که موارد بهداشتی را نادیده بگیرند.»
 نیستانی گفت: «بسیاری از افراد نیز در سفرهای طولانی مدت به دلایل اقتصادی، سالم بودن و حساسیت از غذاهای کنسروی و بسته بندی استفاده می کنند که نسبت به روشهای قبلی بهداشتی تر است.»
 این متخصص تغذیه در پایان توصیه کرد: «به منظور حفظ سلامت اعضای خانواده توصیه می شود از غذاهای غیر استاندارد و غیر بهداشتی صرف نظر کنند.»