



چه افرادی نمی‌توانند روزه بگیرند؟

به گفته یک کارشناس تغذیه، مبتلایان به دیابت نوع یک (دیابت وابسته به انسولین) به هیچ عنوان مجاز به روزه داری نیستند.

به گفته یک کارشناس تغذیه، مبتلایان به دیابت نوع یک (دیابت وابسته به انسولین) به هیچ عنوان مجاز به روزه داری نیستند.

فرید اردیخانی در آستانه ماه مبارک رمضان در گفت و گو با خبرنگار خبرگزاری دانشجویان ایران (ایسنا)، منطقه کرمانشاه، با بیان اینکه مادران شیرده و باردار نیز نباید روزه بگیرند، گفت: از نظر علمی و پزشکی روزه دار بودن این افراد با توجه به رشد بالای جنین و نوزاد و نیاز آن‌ها به تامین تغذیه‌ای در کوتاهترین زمان ممکن توصیه نمی‌شود.

به گفته این کارشناس ارشد تغذیه، مادران باردار از زمان تشکیل نطفه مجاز به روزه داری نیستند، چرا که رشد سریع جنین قابلیت به تعویق انداختن غذا به علت روزه‌داری را نمی‌پذیرد.

اردیخانی در ادامه با تاکید بر اینکه مادران شیرده در سال نخست شیردهی خود مجاز به روزه داری نیستند، گفت: در سال دوم شیردهی مادران در صورت تمایل می‌توانند شرایطی را ایجاد کنند که بتوانند روزه بگیرند، چرا که کودک در این سنین توان خوردن غذاهای کمکی را دارد.

وی در ادامه گفت: روزه گرفتن برای افراد دارای بیماری‌های خاص و افراد با شرایط خاص سنی نیز که قادر به روزه داری نیستند، توصیه نمی‌شود.

وی گفت: افراد با بیماری‌های خاص نیز مجاز به روزه داری نیستند که از جمله این افراد می‌تواند به دیابتی‌ها اشاره کرد. به گفته این کارشناس ارشد تغذیه، افرادی که مبتلا به دیابت نوع دو (غیر وابسته به انسولین) هستند، در صورتی که قادر به تنظیم قند خون روزانه خود هستند می‌توانند روزه بگیرند، اما مبتلایان به دیابت نوع یک (دیابت وابسته به انسولین) به هیچ عنوان مجاز به روزه داری نیستند.

اردیخانی گفت: مبتلایان به بیماری‌های قلبی و عروقی، فشار خون، افراد با رژیم‌های غذایی خاص و... تنها زیر نظر پزشکان و کارشناسان تغذیه می‌توانند روزه داری را تجربه کنند.

به گفته وی، کودکان تا قبل از رسیدن به سن بلوغ سرعت رشد بالایی دارند و روزه داری آن‌ها از نظر علمی و پزشکی به هیچ عنوان پذیرفته شده نیست، ضمن اینکه از نظر شرعی هم روزه گرفتن برای کودکان واجب نیست.

اردیخانی با اشاره به اینکه روزه داری افرادی که روزه گرفتن برای آن‌ها از نظر شرعی و علمی جایز نیست می‌تواند اختلالات ماندگاری را در آن‌ها بوجود آورد، به افراد توصیه کرد: در صورتی که کارشناسان و صاحب‌نظران روزه گرفتن را برای آن‌ها تشخیص نمی‌دهند، از روزه داری خودداری کنند.