

میوه‌های بهاری را با دقت مصرف کنید



یک متخصص تغذیه گفت: «میوه‌های بهاری در صورت شستشوی نامناسب ناقل انواع میکروبها و بیماری‌ها است.»...

یک متخصص تغذیه گفت: «میوه‌های بهاری در صورت شستشوی نامناسب ناقل انواع میکروبها و بیماری‌ها است.»
 دکتر مسعود کیمیگر در گفتگو با خبرنگار سامانه خبری 171# سلامت نیوز؛ اظهار داشت: «میوه‌های بهاری آلوده به انواع میکروبها و سموم هستند در صورت شستشوی نامناسب ناقل بیماری‌های مختلف می‌باشند.»
 وی افزود: «سموم به بکار برده شده برای میوه‌ها معمولاً فسفره و کلره هستند و دیر یا زود قابل تجزیه شدن هستند.»
 این متخصص تغذیه تصریح کرد: «متأسفانه بعضی کشاورزان فاصله میان سم‌پاشی و برداشت محصول را رعایت نکرده و میوه‌ها را قبل از تجزیه سم به بازار عرضه می‌کنند.»
 کیمیگر گفت: «در صورتیکه سموم کم و تجزیه نشده باشند خوردن میوه نشسته با حالت تهوع و دل پیچه همراه است ولی تکرار در خوردن می‌تواند به اسهال و استفراغ شدید منجر شود.»
 وی ادامه داد: «زمان برداشت میوه‌های بهاری نظیر گوجه سبز و چغاله بادام کوتاه است و به منظور تجزیه سموم، سم‌پاشی باید 6 الی 7 هفته قبل از برداشت صورت گیرد.»
 این متخصص تغذیه اظهار داشت: «به همین دلیل گوجه سبز و چغاله قبل از مصرف باید به دقت شسته و سموم باقی مانده روی آنها پاک شود.»
 کیمیگر تصریح کرد: «در این رابطه باید هماهنگی‌های گوناگونی در وزارت کشاورزی صورت گیرد تا نوع سموم میوه‌های بهاری تغییر و فواصل سم‌پاشی با نظم بیشتری انجام شود.»
 وی بیان داشت: «دسته دیگر آلودگی‌های میوه‌های بهاری میکروبی است و از طریق تماس با خاک و فضولات پرندگان منتقل می‌شوند.»
 این متخصص تغذیه افزود: «آلودگی‌های میکروبی در صورت بلعیده شدن در داخل دستگاه گوارش تکثیر یافته و فرد مبتلا به اسهال و استفراغ شدید می‌شود.»