

بررسی علت شیوع بیماری‌های ناشی از گوشت گوساله

آوا ایران پرور / دانشجوی کارشناسی علوم دامی دانشگاه تهران

همراه با مردم

نیستند اما چگونه می‌توان از ضرر این گوشت پرمصرف کم کرد؟

پاسخ اینجاست؛ با استفاده از موادی مثل سماق، پیاز و به صورت کلی استفاده از موادی با طبع گرم؛ زیرا همان‌طور که ذکر شد، گوشت گوساله دارای طبع سرد است پس می‌توان با استفاده از مواد دارای طبع گرم عوارض آن‌ها را کاهش داد.

امروزه،

اغلب افراد از زیان

های استفاده از برخی عادت‌های

بد غذایی آگاه هستند. عادات بد غذایی بدون آنکه متوجه باشیم، سبب کاهش عمر و ابتلا به برخی از بیماری‌ها می‌شوند.

به‌عنوان مثال همه‌ی ما می‌دانیم که نباید خربزه را به همراه عسل مصرف کرد؛ چرا که طب سنتی معتقد است این ترکیب باعث تولید مخلوطی نامناسب می‌شود که عوارض آن بارز و ملموس است و گاه باعث ریشه‌دار شدن برخی بیماری‌های گوارشی در بدن می‌شود.

یکی از مواردی که در این بخش به آن خواهیم پرداخت، عوارض استفاده‌ی زیاد از گوشت گوساله است که امروزه بسیار رواج دارد. گوشت قرمز (گوشت گوسفندی و گاوی) به عنوان منبع اصلی تأمین پروتئین در خانواده‌های ایرانی است که البته گوشت گاوی در کشور ما طرفدار چندانی ندارد و بیشتر از گوشت گوساله استفاده می‌شود.

گوشت گوساله سال‌هاست، به‌عنوان یکی از منابع پروتئینی برای انسان، مخصوصاً افراد ورزشکار یا افرادی که فعالیت بدنی بالایی دارند، توصیه شده است؛ چرا که از چربی کمتری برخوردار است. این گوشت به خاطر داشتن طبعی سرد و خشک از افزایش وزن بدن جلوگیری می‌کند اما مصرف زیاد آن عوارض زیادی به همراه دارد.

حکیم ابوعلی سینا، یکی از بزرگان طب سنتی ایران، شانزده بیماری سرطان، مالیخولیا (اسکیزوفرنی)، بواسیر (هموروئید)، افزایش غلظت خون، تیرگی پوست، حالت عصبی، افسردگی، وسواس، واریس، بزرگ شدن طحال، بیماری‌های روده، بیماری‌های قلبی، بیماری‌های کلیوی، بیماری‌های کبدی، سوءهاضمه و نقرس را از عوارض مصرف زیاد گوشت گاو می‌داند.

اما به‌تازگی پزشکان دریافته‌اند که همه‌ی قسمت‌های گوشت گوساله یکسان نیستند و مصرف بعضی قسمت‌ها عوارض کمتری دارد؛ از جمله «فیله» و «راسته» که البته باید گفت خالی از ضرر هم

