

معرفی کتاب

دکتر فریدون سیامک نژاد



نام کتاب: دیدگاه‌های پزشکی

نویسنده: دکتر نجم‌الدین حاجی سید حسنی

ویراستار: وحید مقیمی

نوبت چاپ: چاپ اول، زمستان ۱۳۸۶

شمارگان: ۱۰۰۰ جلد

قیمت: ۲۰۰۰۰ ریال

در صفحات ۳۹ و ۴۰ کتاب و در بخش مربوط به انرژی گیاهان چنین می‌خوانیم:

«دانه‌ها، میوه‌ها حاوی انواع چربی‌ها، قندها، مواد نشاسته‌ای، پروتئینی، ویتامین‌ها و املاح می‌باشند. بنابراین برای تغذیه مناسب و کامل بهتر است از انواع محصولات دارای قسمت رویان بهره‌برداری گردد. از نظر انرژی‌زایی و مواد لازم بدن، گیاهان دارای انواع متنوعی از ترکیبات می‌باشند و هر گیاه یا دسته از آن‌ها حاوی عده‌ای از مواد می‌باشند، در حالی که در غذاهای حیوانی مخصوصاً فراورده‌های شیر اغلب دارای عوامل و ترکیبات مورد نیاز بدن می‌باشند. بنابراین در مصرف غذاهای حیوانی به‌ویژه محصولات شیر و لبنی تنوع زیاد مورد نیاز نمی‌باشد ولی تناوب لازم است. جهت استفاده از عوامل مورد نیاز بدن از گیاهان باید تنوع رعایت گردد، از همه محصولات گیاهی باید بهره گرفت. در دوران جوانی و هنگام فعالیت بهتر، می‌توان از غذاهای حیوانی بهره گرفت، ولی در سنین پیری استفاده بیشتر از محصولات گیاهی مناسب‌تر است، غلظت خون، فشارخون، رسوب و تورم در مفاصل و اعضاء و تشکیل انواع سنگ در مجاری ادراری و کبد تورم غدد پروستات و کوچکی مثانه در اثر رسوب، ناراحتی‌های قلب و عروق و فشارهای مغزی و روانی در اثر مصرف محصولات گیاهی از بین می‌روند.»

کتاب دیدگاه‌های پزشکی که با استفاده از کتاب‌هایی هم‌چون ذخیره خوارزمشاهی تألیف سیداسماعیل جرجانی، تحفه حکیم مؤمن تألیف محمد مؤمن حسینی طبیب، شیمی گیاهی تألیف ترور رابینسون ترجمه دکتر محمد ایزددوست و درمان بیماری‌ها با سیر و پیاز تألیف دکتر عبدالله پورعبداله به رشته تحریر درآمده است، در واقع پیرامون تغذیه مناسب در درمان بیماری‌ها است. این کتاب که توسط آقای دکتر نجم‌الدین حاجی‌سیدحسینی نگاشته شده است، دارای سه بخش و نزدیک به هفتاد مبحث است. به‌طور مثال در قسمتی از کتاب در صفحه ۳۶ چنین می‌خوانیم:

«تا آن‌جا که می‌توانید از ایجاد امید واقعی، استقامت و پایداری، ایجاد مقاومت، تحقیق و تفحص در عمل بیماری‌ها و درمان آن‌ها غافل نشوید که ضعف و آشفتگی بدن، نوعی تسلیم‌پذیری در برابر بیماری‌ها به حساب می‌آید. از دیدگاهی دیگر ضعف قوای بدنی باعث ابتلا انواع بیماری‌های عفونی و غیرعفونی می‌گردد. مصرف پروتئین‌های گیاهی به مقدار مناسب در هر روز باعث ارتقاء سطح مقاومت بدن می‌شود. گردو، فندق، پسته، بادام، حبوبات، غلات، به مقدار اندک در هر روز باعث تقویت مغز و نیروهای حیاتی می‌گردد.»

همان‌گونه که اشاره شد، کتاب بیشتر پیرامون نقش تغذیه در بیماری‌ها به رشته تحریر در آمده است.

در بخش دوم کتاب و در بحث سالخورده‌گی چنین می‌خوانیم:

خوراک‌های نباتی از بین می‌روند. بیشتر غذاهای نباتی و سبزی (کلروفیل) باعث رقیق شدن خون می‌گردند. غذاهایی که از غلظت و تراکم خون کم می‌نمایند خوراک‌های قابل توجهی می‌باشند برای زمان ضعف و پیری می‌باشند. پیاز، سیر، سیاه‌دانه، آغوره، هندوانه، آویشن، نعناع غذاهای مناسب جهت برقراری تعادل و خون پاک در بدن می‌باشند.»

«محصولات گیاهی مخصوصاً ریشه‌های آن‌ها که حاوی املاح و عناصر مخصوصاً گوگرد و فسفر می‌باشند درمان‌کننده بسیاری از بیماری‌های زمان پیری می‌باشند. گوگرد سوزاننده مواد پروتئینی و فسفر به راحتی با قندها ترکیب و آن‌ها را آماده مصرف می‌نماید سیر و پیاز که حاوی این ترکیبات می‌باشند از بین برنده انواع ورم‌ها، تنگی عروق و پایین آورنده فشارخون و درمان‌کننده بیماری قند می‌باشند. یک رژیم مناسب به مدت دو هفته نیمی نان، پیاز، نمک و فلفل درمان‌کننده اغلب بیماری‌های این دوران می‌باشد.»

به هر حال اگرچه در زمینه نقش تغذیه در درمان بیماری‌ها، چگونگی جلوگیری از بیمار شدن توسط گیاهان، سبزی‌ها و میوه‌های شفا بخش و ... کتاب‌های متعددی نوشته شده، ولی مطالعه کتاب دیدگاه‌های پزشکی که در این زمینه نگاشته شده نیز قابل استفاده بوده و مطالعه آن را به همکاران توصیه می‌کنیم.

از آقای دکتر نجم‌الدین حاجی‌سیدحسینی نیز برای ارسال کتابشان قدردانی کرده و دعوت می‌کنیم که حتماً برای مجله رازی مطلب بفرستند.

در همین بخش و در بحث چرا پیر و ناتوان می‌شویم چنین گفته شده که:

«اغلب غذاهای گیاهی دارای حالت‌های قلیایی می‌باشد و اغلب میکروب‌ها و جانداران کوچک که در محیط اسیدی قابل رشد می‌باشند در اثر مصرف

