**درخدمت سرکارخانم دکتر الهه فرومندی هستیم تا درخصوص طرح تحقیقاتی خود با عنوان " بررسی تطبیقی خواص گروه های مختلف موجود در هرم غذایی بر سلامت انسان از دیدگاه قرآن، احادیث و طب نوین " که درسال 1403 خاتمه یافته است ، صحبتی داشته باشیم . عرض سلام وخوش آمدگویی داریم خدمت شما خانم دکتر وممنون ازاینکه دعوت ما رو پذیرفتید . لطفا دررابطه با طرح تحقیقاتی خود و نتایج آن توضیح بفرمایید**

 به نام خدا. طرح تحقیقاتی که ما انجام دادیم با عنوان" بررسی تطبیقی خواص گروه های مختلف موجود در هرم غذایی بر سلامت انسان از دیدگاه قرآن، احادیث و طب نوین " است همکاران من دراین طرح خانم دکتر اکرم کوشکی، خانم فائزه کریمی مقدم، آقای سیدضیا سجادی فر هستند

از آنجا که توجه به خاستگاه و بستر هر موضوع، به شناخت بیشتر و بهتر آن کمک خواهد کرد، حال اگر بستر موضوعی در منبعی محکم و متقن مانند قرآن کریم قرار داشته باشد، پشتوانه آن به همان نسبت قویتر خواهد بود. از طرف دیگر تصور خاستگاه برای موضوع در قرآنی که چهارده قرن پیش نازل شده، ممکن است با ابهام همراه باشد، ولی مطالعه و بررسی قرآن نشان میدهد، برای پیشرفت در حوزه های مختلف و دوری از مفاسد باید با جهل مبارزه کرد و راه زدودن جهل، کسب علم و دانش است که منجر به کشف حقایق عالم هستی خواهد شد. لذا ما در این مطالعه به دنبال خاستگاه هرم غذایی در قرآن و احادیث و تطبیق آن با طب نوین هستیم.

این مطالعه یک بررسی مروری و استنادی است که با استفاده از منابعی از جمله قرآن، احادیث، کتابها و کتابهای روایی و سایر انتشارات و سایتهای مرتبط با مطالب طب اسلامی، مرور اطلاعات در پایگاه های علمی نظیرMedline, Scopus،SID،PubMed،Google scholar مورد بررسی قرار خواهد گرفت. ابتدا مقالات انگلیسی و فارسی زبان چاپ شده که مرتبط با هدف پژوهش هستند، در محدوده زمانی2022-2000 بررسی خواهند شد. مطالب ابتدا جمع بندی و در نهایت به صورت موضوعی در پنج گروه نان و غلات، گروه میوه ها، گروه سبزی ها، گروه گوشت و جانشین های آن، گروه لبنیات و گروه متفرقه ارائه می گردد. در نهایت موارد مطرح شده در قرآن، احادیث و طب نوین تطبیق داده خواهند شد.

در قرآن کریم و احادیث معتبر از شش گروه غذایی موجود در هرم غذایی صحبت شده است که با طب نوین مطابقت دارد. در میان گروه نان و غلات، بر اهمیت مصرف گندم، جو و برنج اشاره شده است. همچنین در میان میوه ها و سبزی ها بر مصرف انجیر، انار، سیب، خرما، کدو، پیاز و سیر تاکید شده است. به دریافت متعادل گروه گوشت و جانشین های آن و همچنین گروه شیر و لبنیات توصیه شده است. در خصوص عسل نیز اثرات مفیدی ذکر شده است که با طب نوین مطابقت دارد.

**درخصوص خروجی ها و دستاوردهای طرح توضیح بفرمایید**

**:** چاپ یک مقاله علمی پژوهشی در مجله دانشگاه علوم پزشکی سبزوار خروجی طرح ما محسوب میشود.

**آیا طرح میتواند اثرگذار باشد؟**

 در صورت تهیه کتابچه آموزشی و اطلاع رسانی به عموم مردم و بررسی اثرات حاصل از اینگونه آموزش ها میتوان اثرگذاری طرح بر بعد معنویات را مشخص کرد.

**تشکرمیکنم ازشما خانم دکترفرومندی و ممنون ازوقتی که برای این نشست اختصاص دادید.**