

SID



سرویس های ویژه



سرویس ترجمه تخصصی



کارگاه های آموزشی



بلاگ مرکز اطلاعات علمی



سامانه ویراستاری STES



فیلم های آموزشی

کارگاه های آموزشی مرکز اطلاعات علمی جهاد دانشگاهی

کارگاه آنلاین
بررسی مقابله ای متون (مقدماتی)

کارگاه آنلاین
پروپوزال نویسی و پایان نامه نویسی

کارگاه آنلاین آشنایی با پایگاه های اطلاعات علمی بین المللی و ترند های جستجو



Poster (icfa15-00490008)

تغذیه و پیشگیری از آلرژی

زمزم پاک نهاد^۱

مقدمه: بیماری آلرژی در حال حاضر به عنوان یکی از بیماری‌های غیر مسری شایع‌ترین در نظر گرفته می‌شود. عوامل ژنتیکی نقش مهمی در زمینه‌سازی بازی می‌کند، اما افزایش سریع اخیر در بیماری‌های آلژیک را می‌توان با تغییرات زیست محیطی توجیه کرد. افزایش زمینه التهاب یک وجه مشترک اغلب بیماری‌های غیرواگیر است، بنابراین بهبود زود هنگام "سلامت سیستم ایمنی"، نه تنها برای پیشگیری از بیماری‌های آلژیک مهم است، بلکه در کاهش بار سایر بیماری‌های غیرواگیر التهابی حائز اهمیت است.

روش کار: ما با جستجو در PubMed و Scopus با استفاده از کلمات کلیدی زیر: آلرژی، تغذیه، رژیم غذایی، ویتامین، مغذی، مقالات را بررسی کرده و حاصل آن در مقاله حاضر آمده است.

یافته‌ها: تغییرات تغذیه‌ای مدرن یکی از تأثیرات مهم در اپیدمی آلرژی می‌باشد. رژیم غذایی ما، نه تنها یک منبع بالقوه مغذی سیستم ایمنی است، بلکه تأمین کننده موادی است که تنوع زیستی باکتری‌های روده را تعیین می‌کند. تعداد زیادی از فاکتورهای غذایی و مداخلات تغذیه‌ای برای خواص سیستم ایمنی و پتانسیل آنها در پیشگیری از آلرژی بررسی شده است. اسیدهای چرب $\omega 3$ ، ویتامین‌های A، C، D و E، عناصر مس، روی، سلنیوم، مواد پروبیوتیک و پروبیوتیک، اثرات شناخته شده بر عملکرد سیستم ایمنی بدن و پیامدهای اپیدمیولوژیک با خطر ابتلا به بیماری‌های آلژیک دارند.

بحث و نتیجه گیری: رژیم غذایی و تغذیه از عوامل مهم در ارتقاء و حفظ سلامت در سراسر دوره زندگی می‌باشند. یک رژیم غذایی سالم و متعادل، سرشار از میوه و سبزیجات تازه، منطقی‌ترین توصیه راه برای تمام مفاهیم سلامتی است.

واژه‌های کلیدی: آلرژی، تغذیه، رژیم غذایی، ویتامین، مغذی

^۱ گروه تغذیه بالینی، دانشکده تغذیه و علوم غذایی، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، اصفهان، ایران
نویسنده ی مسئول: دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، اصفهان، ایران
ایمیل: paknahad@hlth.mui.ac.ir، تلفن تماس: ۰۳۱۳-۷۹۲۳۱۶۶

SID



سرویس های ویژه



سرویس ترجمه تخصصی



کارگاه های آموزشی



بلاگ مرکز اطلاعات علمی



سامانه ویراستاری STES



فیلم های آموزشی

کارگاه های آموزشی مرکز اطلاعات علمی جهاد دانشگاهی

کارگاه آنلاین
بررسی مقابله ای متون (مقدماتی)

کارگاه آنلاین
پروپوزال نویسی و پایان نامه نویسی

کارگاه آنلاین آشنایی با پایگاه های اطلاعات علمی بین المللی و ترند های جستجو بین المللی و ترند های جستجو