

A hosszú böjt veszélyes lehet

Ásjsra

Ás Ájsra "Édivatba" jÁjn a bÁjtÁlÁs, mint az egÁszsÁgmeörzÁs egyik eszkÁze, sokan bibliai alapokra is hivatkoznak, bÁj a SzentÁrÁsban egÁszsÁgÁgyi bÁjtról sohasem olvasunk. Az iszlÁm vallÁsban pedig a Ramadan idejÁn 40 napos bÁjtÁt tartanak a nappali időszakban. Ugyanakkor Áppen a Ramadan ideje alatt meő egy ritka tÁpusÁgyi ÁrkatasztrÁfÁnak a gyakorisÁga, amely az agyi vÁnÁjk trombotikus elzÁrÁdÁsa miatt jÁjn lÁtre. A vizsgÁlati adatok szerint ennek a tÁpusÁ stroke-nak a gyakorisÁga majdnem hÁromszorosÁra ő a bÁjti időszakban. ValÁszÁnő, hogy az egÁszsÁges bÁjtÁlőknÁl nem nagy mÁrtÁkő a kockÁzat, ugyanakkor a fogamzÁsgÁtlÁt szedők, vÁravadÁsi betegsÁgben szenvedők kÁrÁben a hiÁnyos vÁzbevitel Ás az ÁhezÁs egyÁttes hatÁsÁra komoly egÁszsÁgkÁrosodÁs jÁhet lÁtre. EzÁrt a hosszÁ bÁjtÁk semmikÁppen nem javasoltak. (HealthDay News 2008. Április 15.)