

A Survey of Students' Level of Knowledge and Performance regarding the Use of Foodstuffs and Herbs Recommended by Quran at Mazandaran University of Medical Sciences

Hamed Fathi^{1,2}, Mostafa Rostamnejad³, Mohammad Ali Ebrahimzadeh⁴, Jamshid Yazdani Charati⁵, Mohamad Javad Ebrahimi^{6*}

- 1- Pharmaceutical Sciences Research Center, Hemoglobinopathy Research Center, Mazandaran University of Medical Sciences, Sari, Iran
- 2- Department of Biology, Payame Noor University, Tehran, Iran
- 3- Student of Pharmaceutical Sciences, Student Research Committee, Mazandaran University of Medical Sciences, Sari, Iran
- 4- Department of Medicinal Chemistry, Faculty of Pharmacy, Mazandaran University of Medical Sciences, Sari, Iran
- 5- Department of Biostatistics, Faculty of Health, Mazandaran University of Medical Sciences, Sari, Iran
- 6- Nursing Expert, Fatemeh Zahra Hospital, Mazandaran University of Medical Sciences, Sari, Iran

***Corresponding Author:**
Mohamad Javad Ebrahimi
Mohamad Javad Ebrahimi,
Golsar Town, Gas Station
Alley, Haraz St, Amol, Iran

E-mail:
Mjebrahimi69@gmail.com

Received: 14 Dec 2014
Revised: 17 May 2015
Accepted: 21 Sep 2015

Abstract

Background and Purpose: Quran is the main Islamic manuscript in which fundamental human issues such as nutrition are taken into account. Since awareness is a prerequisite for knowledge and knowledge is the backbone of performance and behavior in humans, this study aimed to determine the level of students' knowledge and performance regarding the use of foodstuffs and herbs recommended by Quran at Mazandaran University of Medical Sciences in 2013.

Materials and Methods: This cross-sectional study was conducted on 308 students, selected via available sampling at Mazandaran University of Medical Sciences in 2013. Data were collected, using a valid and reliable questionnaire. For data analysis, t-test was applied.

Results: In total, 57.8%, 30.7%, and 11.6% of the participants were students of general PhD, undergraduate level and other educational levels, respectively. Regarding foodstuffs recommended by Quran, the most and least accurate answers were related to olive and salt, respectively. The mean score of awareness was 2.27 ± 0.68 , which was significantly different from the t-value (3.5) ($P < 0.001$). Also, the mean score of performance regarding the use of these foodstuffs was 2.58 ± 0.48 , which was significantly different from the T-value ($P < 0.001$).

Conclusion: Based on the results of this study, the subjects' level of knowledge and performance was significantly lower than the accepted thresholds. Therefore, it is recommended to revise the educational curricula to motivate the students towards using foodstuffs recommended by Quran.

Keywords: Food, Herbs, Knowledge, Nutrition, Performance, Quran, Students

بررسی میزان آگاهی و عملکرد دانشجویان علوم پزشکی مازندران نسبت به غذاها و گیاهان عنوان شده در قرآن

حامد فتحی^۱، مصطفی رستم‌نژاد^۳، محمدعلی ابراهیم‌زاده^۴، جمشید یزدانی چراتی^۵، محمدجواد ابراهیمی^{۶*}

چکیده

سابقه و هدف: قرآن معجزه علمی پیامبر اکرم (ص) است که در آن به تمام مسائل حیاتی انسان از جمله تغذیه پرداخته شده است. از آنجایی که دانش مقدمه آگاهی بوده و آگاهی زمینه‌ساز عملکرد و رفتار انسان است، این پژوهش با هدف بررسی آگاهی و عملکرد دانشجویان علوم پزشکی مازندران نسبت به غذاها و گیاهان عنوان شده در قرآن در سال ۱۳۹۲ انجام شد.

مواد و روش‌ها: این مطالعه‌ی توصیفی بر روی ۳۰۸ نفر از دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی مازندران در سال ۱۳۹۲ با روش نمونه‌گیری دردسترس انجام شد. داده‌ها به‌وسیله پرسشنامه‌ای روا و پایا جمع‌آوری شده و تست آماری تی (t-test) جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها استفاده شد.

یافته‌ها: ۵۷/۸ درصد در مقطع دکترای عمومی، ۳۰/۷ درصد در مقطع کارشناسی و ۱۱/۶ درصد در سایر مقاطع مشغول به تحصیل بودند. درارتباط با خوراکی‌های ذکر شده در قرآن، بیشترین و کمترین پاسخ صحیح به‌ترتیب مربوط به زیتون و نمک بود. میانگین و انحراف معیار مربوط به آگاهی $2/27 \pm 0/68$ به‌دست آمد که با عدد $3/5$ (مقدار تی) اختلاف معناداری داشت ($P < 0/001$) و درارتباط با استفاده از غذاهای قرآنی (عملکرد) نیز $2/58 \pm 0/48$ بود که اختلاف معناداری با عدد $3/5$ داشت ($P < 0/001$).

استنتاج: براساس یافته‌های این مطالعه، آگاهی و عملکرد افراد مورد پژوهش به‌طور معناداری کمتر از حد انتظار بود. بنابراین پیشنهاد می‌شود برنامه‌ریزی‌های آموزشی جهت ایجاد انگیزه‌ی لازم برای افزایش استفاده از غذاهای ذکر شده در قرآن و آگاهی دانشجویان مورد بازبینی قرار گیرند.

واژه‌های کلیدی: آگاهی، تغذیه، دانشجویان، عملکرد، غذا، قرآنی، گیاهان

- ۱- مرکز تحقیقات علوم دارویی، پژوهشکده هموگلوبینوپاتی، دانشگاه علوم پزشکی مازندران، ساری، ایران
- ۲- گروه زیست‌شناسی، دانشگاه پیام‌نور، تهران، ایران
- ۳- دانشجوی رشته داروسازی، کمیته تحقیقات دانشجویی دانشگاه علوم پزشکی مازندران، ساری، ایران
- ۴- گروه شیمی دارویی، دانشکده داروسازی ساری، دانشگاه علوم پزشکی مازندران، ساری، ایران
- ۵- گروه آمار زیستی، دانشکده بهداشت ساری، دانشگاه علوم پزشکی مازندران، ساری، ایران
- ۶- کارشناس پرستاری، بیمارستان فاطمه‌زهرا (س)، دانشگاه علوم پزشکی مازندران، ساری، ایران

* مؤلف مسئول: محمدجواد ابراهیمی

آمل، خیابان هراز، کوچه پمپ بنزین، شهرک گلزار

E-mail:

Mjebrahimi69@gmail.com

دریافت: ۲۳ آذر ۱۳۹۳

اصلاحات: ۲۶ شهریور ۱۳۹۴

پذیرش: ۳۰ شهریور ۱۳۹۴

مقدمه

مشکل انسان در عصر حاضر تماماً به نیاز وی به دین و

بسیاری از دانشمندان غربی معاصر معتقد هستند که

چربی‌ها نیز فقط یک‌مرتبه در آیه ۲۰ سوره مبارکه مؤمنون یاد شده است (۹). آموزه‌های دینی ما سرشار از توصیه‌های تغذیه‌ای است و آیات فراوانی در مورد تغذیه وجود دارد (۱۰) و با وجود اینکه بیش از ۱۴۰۰ سال از توصیه‌های تغذیه‌ای دین اسلام می‌گذرد؛ اما همچنان مواردی برای پژوهش وجود دارد که قابل‌رمزگشایی است (۱۲)، از جمله اینکه میزان آگاهی و عملکرد مسلمانان در رابطه با دستورات غذایی دین اسلام کمتر مورد بررسی قرار گرفته است (۹). از آنجایی که دانش مقدمه آگاهی بوده و آگاهی زمینه‌ساز عملکرد و رفتار انسان است و با توجه به تأثیر دانشجویان علوم پزشکی بر سلامت و سبک زندگی جامعه، این پژوهش با هدف بررسی آگاهی و عملکرد دانشجویان علوم پزشکی مازندران نسبت به غذاها و گیاهان عنوان شده در قرآن در سال ۱۳۹۲ انجام شد.

مواد و روش‌ها

این مطالعه توصیفی و از نوع مقطعی می‌باشد که در سال ۱۳۹۲ در دانشگاه علوم پزشکی مازندران انجام شد. نمونه‌ها شامل ۳۰۸ نفر از دانشجویان مشغول به تحصیل در این دانشگاه بودند که با رضایت شخصی و با روش نمونه‌گیری دردسترس وارد مطالعه شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه‌ای که روایی آن توسط اساتید صاحب‌نظر در این زمینه مورد تأیید قرار گرفته بود، استفاده شد و پایایی آن نیز با آلفای کرون‌باخ ۰/۸۵ محاسبه گردید. در این مطالعه، پرسشنامه شامل سه بخش اطلاعات جمعیتی به‌عنوان متغیرهای زمینه‌ای (با ۸ سؤال) و آشنایی و عملکرد نسبت به غذاها و گیاهان قرآنی (به ترتیب با ۲۵ و ۱۸ سؤال) به‌عنوان متغیرهای اصلی، بود. کسب نمره ۳/۵ برای آگاهی و عملکرد، قابل قبول در نظر گرفته شد. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از نرم‌افزار SPSS نسخه ۱۸ و تست آماری تی (t-test) استفاده گردید و $P < 0/05$ نیز معنادار در نظر گرفته شد.

یافته‌ها

در مجموع ۶۷/۷ درصد (۱۹۱ نفر) از دانشجویان

معنویت برمی‌گردد (۱)، نظام تربیتی دین اسلام، نظامی فراگیر، جامع‌نگر و پاسخگو به نیازهای معنوی و مادی انسان است (۲). قرآن کتاب آسمانی مسلمانان است که تمام ابعاد حیات انسان را دربر دارد (۳)، یکی از اعجاز قرآن، اثرگذاری آن در امور درمانی است (۴). این مجموعه‌ی عظیم و بی‌همتا، دارای نکات ظریفی درارتباط با بهداشت و سلامت انسان است (۵). آیه ۸۲ سوره مبارکه اسراء "و نزل من القرآن ما هو شفاء و رحمه للمؤمنین" بیانگر این موضوع می‌باشد که قرآن می‌تواند برای انسان شفابخش باشد (۶)، آیه ۱۱ سوره الرحمن به ارزش و اهمیت گیاهان و میوه‌ها در زندگی پرداخته است (۷). محمد بن ذکریای رازی اولین تدبیر درمانی برای بیماران را اصلاح یا تجویز رژیم غذایی می‌دانست. دین مبین اسلام در آیات و روایات مختلف به سلامت جسم و روح انسان توجه خاصی دارد (۸)؛ به‌طوری‌که حتی سوره‌ای از قرآن به نام مائده، نام‌گذاری شده است. در قرآن به اهمیت تغذیه و ارزش استفاده از غذاهای سالم و سازگار با طبع انسانی تأکید شده و بهبود تغذیه در اجتماع مورد توجه قرار گرفته است. هرچند فهم بشری از درک کامل قرآن عاجز است ولی هرکس به قدر فهم خود می‌تواند از آن استفاده نماید. شاید بتوان علم تغذیه را در آیه "فلینظر الانسان الی طعامه" (۲۴ عبس) که می‌فرماید انسان باید به غذای خویش بنگرد خلاصه کرد. روشن است که منظور از نگاه کردن، تماشای ظاهری نیست؛ بلکه به معنای دقت، تفکر و اندیشه در ساختمان این مواد غذایی و تأثیر چشمگیر آن بر سلامت انسان می‌باشد (۹). در مورد استفاده از پروتئین، در سوره مبارکه فاطر خداوند انسان را به خوردن گوشت تازه تشویق نموده‌است، در رابطه با استفاده از منابع کربوهیدراتی نیز در قرآن توصیه به مصرف شیر، خرما، عسل، انگور و انجیر شده است (۱۰، ۱۱). در قرآن کریم حدود ۴۹ مورد از مواد غذایی با منشأ گیاهی یا ترکیب مواد قندی برتر یاد شده است و حدود ۱۶ بار هم از فرآورده‌های گوشتی به‌عنوان مواد گوشتی حلال، دوبار از گوشت ماهی، دوبار از گوشت گوساله، دوبار از شیر و یک‌مورد هم از عسل یاد شده، از

دارد و همچنین ۳۱/۹ درصد اهمیت خوراکی و دارویی را دلیل ذکر و اشاره قرآن به غذا و گیاهان می‌دانستند. در بین نمونه‌های این پژوهش، ۴۹/۳ درصد از افراد نقش دانشگاه در افزایش میزان آگاهی و استفاده از غذا و گیاهان قرآنی را بی‌تأثیر می‌دانستند. میانگین انحراف معیار درارتباط با آگاهی ۲/۲۷±۰/۶۸ به‌دست آمد که با عدد ۳/۵ (مقدار تی) اختلاف معناداری داشت (P<۰/۰۰۱) و درارتباط با استفاده از غذا و گیاهان قرآنی (عملکرد) نیز ۲/۵۸±۰/۴۸ بود که اختلاف معناداری با عدد ۳/۵ داشت (P<۰/۰۰۱) (جدول ۲).

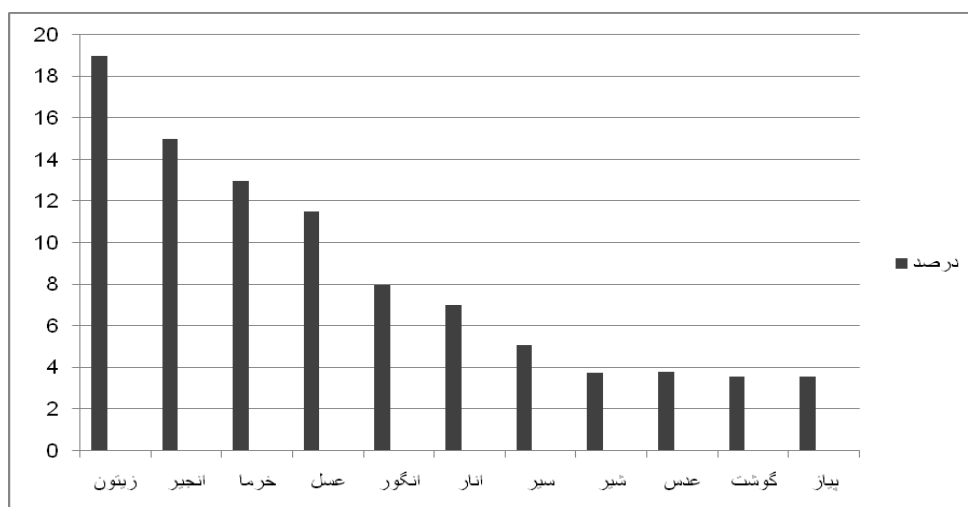
جدول ۱: اطلاعات جمعیتی

درصد	تعداد	مشخصات جمعیتی
۳۲/۳	۹۱	جنسیت مرد
۶۷/۷	۱۹۱	جنسیت زن
۳۰/۷	۹۳	مقطع کارشناسی
۸/۶	۲۶	مقطع کارشناسی ارشد
۵۷/۸	۱۷۵	دکترای عمومی
۳	۹	دکترای تخصصی
۶۴/۵	۱۴۹	سکونت خوابگاهی
۳۵/۵	۸۲	سکونت غیرخوابگاهی

مؤنث بودند، میانگین سنی آن‌ها ۲۲/۷۸±۴/۲۳ سال بود و ۶۴/۵ درصد از آن‌ها نیز ساکن خوابگاه بودند. ۵۷/۸ درصد (۱۷۵ نفر) در مقطع دکترای عمومی، ۳۰/۷ درصد (۹۳ نفر) در مقطع کارشناسی، ۸/۶ درصد (۲۶ نفر) در مقطع کارشناسی ارشد و ۳ درصد (۹ نفر) نیز در مقطع دکترای تخصصی تحصیل می‌کردند که ۳۰/۷ درصد (۹۲ نفر) از افراد در رشته داروسازی، ۲۳ درصد (۶۹ نفر) در رشته دندان‌پزشکی و ۱۶/۳ درصد (۴۹ نفر) در رشته بهداشت حرفه‌ای مشغول به تحصیل بودند (جدول ۱). ۲۵ نفر از افراد (۸۳ درصد) علاقه‌مند به مطالعه پیرامون موضوعات قرآنی بودند. بیشترین منبع آگاهی افراد پژوهش حاضر از مفاهیم قرآنی تغذیه و گیاهان، خانواده و اقوام (۳۴ درصد) و مطالعات قرآنی و دینی (۲۴/۷ درصد) ذکر شد. در ارتباط با خوراکی‌های ذکر شده در قرآن بیشترین و کمترین پاسخ صحیح به‌ترتیب مربوط به زیتون و گوشت بود (نمودار ۱) و ۱۲۲ نفر (۴۰/۴ درصد) نیز براین عقیده بودند که آموزش مناسب پیرامون مفاهیم قرآنی در آشنایی و استفاده از آن‌ها در حد متوسط تأثیر

جدول ۲: نتایج آزمون تی یک‌نمونه‌ای

نمرات	مقدار تی	میانگین و انحراف معیار	آگاهی و عملکرد
	۳/۵	۲/۲۷±۰/۶۸	آگاهی نسبت به غذا و گیاهان قرآنی
	۳/۵	۲/۵۸±۰/۴۸	عملکرد نسبت به غذا و گیاهان قرآنی



نمودار ۱: اسامی مواد غذایی مورد استفاده و آشنایی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی مازندران براساس فراوانی

می‌تواند به این خاطر باشد که دانشجویان به میزان کمتری به شیر دسترسی دارند و همچنین علت دیگر آن می‌تواند سابقه‌ی مصرف کم زیتون و انجیر توسط مردم یزد باشد. کمترین غذای مورد استفاده توسط مردم یزد در مطالعه‌ی یآوری و همکارانش، زیتون گزارش شد (۹) که علت آن نیز می‌تواند آشنایی کمتر مردم یزد با این گیاه و مشخصات بوم‌شناختی یزد باشد که پرورش زیتون را دشوار می‌سازد.

از آنجایی که یکی از اصول تغذیه، استفاده از تنوع غذایی مفید برای تأمین نیازهای بدن است و در اسلام نیز این اصل مورد توجه بوده است (۲)؛ بنابراین استفاده از انواع غذاهای مفید باید توسط مردم مورد توجه قرار گرفته و در برنامه‌ی غذایی به تنوع غذاهای مورد استفاده توجه شود. در مطالعه‌ی حاضر نزدیک به نیمی از دانشجویان نقش دانشگاه را در افزایش آگاهی نسبت به تغذیه از نظر قرآن بسیار کم بیان داشتند و بیشتر افراد شرکت‌کننده منبع آگاهی خود را در این زمینه خانواده و اقوام خود گزارش کردند. این یافته نشان می‌دهد در دروس دانشگاه به اهمیت تغذیه از نظر دین اسلام و قرآن کمتر بها داده می‌شود. این درحالی است که آموزش، به‌عنوان مهم‌ترین روش انتقال مهارت به فراگیران مورد تأکید بوده است و گسترش کمی و کیفی دانش به‌خصوص در قرن‌های اخیر بر اهمیت آن افزوده است (۱۴).

با توجه به غنی بودن تعالیم اسلامی در زمینه تغذیه، توجه بیشتر به این موضوع در مباحث آموزشی لازم می‌باشد. منابع فراوانی وجود دارد که اهمیت تغذیه در دین اسلام را نشان می‌دهد. تغذیه عاملی جهت تفکر و تعقل، شفا، کرامت انسان و تبشیر و تندی می‌باشد. تغذیه انسان آنقدر اهمیت دارد که خداوند حتی دریاها که مهم‌ترین منبع تأمین گوشت تازه و سالم هستند، جهت بهره‌مندی از منابع مهم غذایی آن‌ها را برای انسان آرام قرار داده است (۱۵). خداوند در سوره مبارکه فاطر انسان‌ها را تشویق به خوردن گوشت تازه تشویق نموده است (۱۶) و می‌دانیم که گوشت تازه منبع تأمین پروتئین برای انسان می‌باشد. این شواهد نشان می‌دهد،

بر اساس یافته‌های این مطالعه آگاهی و عملکرد افراد مورد پژوهش به‌طور معناداری کمتر از حد انتظار بوده است. در مطالعه‌ی شادجو و همکارانش، ۶۴ درصد از شرکت‌کنندگان آگاهی در سطح متوسط قرار داشتند (۱۲)، جامعه‌ی مطالعه شده توسط شادجو و همکارانش، اعضای هیئت علمی علوم پزشکی تهران، پزشکان و پیراپزشکان بودند و حال آنکه مطالعه ما بر روی دانشجویان انجام گرفت. علت تفاوت در سطح آگاهی به‌دست آمده در این دو مطالعه می‌تواند تفاوت در جامعه‌ی پژوهش باشد. در مطالعه‌ی یآوری و همکارانش نیز آگاهی و عملکرد اکثر شرکت‌کنندگان در سطح متوسط بود (۹). این تفاوت در سطح آگاهی می‌تواند به این علت باشد که مطالعه یآوری و همکارانش بر روی افراد بالای ۲۵ سال انجام شد و میانگین سنی شرکت‌کنندگان $34/7 \pm 12$ سال بود؛ اما در مطالعه ما میانگین سنی $22/78 \pm 4/23$ سال محاسبه شد و این می‌تواند حاکی از نقش تأثیرگذار سن بر میزان آگاهی قرآنی افراد باشد.

براساس یافته‌های مطالعه حاضر اکثر افراد شرکت‌کننده مؤنث بودند و میانگین سنی آن‌ها $22/78 \pm 4/23$ سال بود. بیشتر افراد مورد مطالعه نیز در مقطع دکتری درحال تحصیل بودند. در مطالعه‌ای که یآوری و همکاران در یزد انجام دادند نیز اکثر نمونه‌های مورد پژوهش زن و دارای میانگین سنی $34/7 \pm 12$ و از نظر تحصیلات نیز اکثراً در سطح دیپلم بودند (۹). نتایج مطالعه ما نشان داد، بیشترین خوراکی‌های قرآنی مورد استفاده در بین دانشجویان زیتون و انجیر بود که می‌تواند به‌علت دسترسی بیشتر مردم در استان‌های شمالی کشور و همچنین آگاهی به خواص مفید این محصولات باشد. در قرآن نیز هفت مرتبه از زیتون نام برده شده و در روایات متعدد مصرف این گیاه مورد تأکید قرار گرفته است تا جایی که خداوند به نام آن سوگند یاد می‌کند (۱۳)؛ اما طبق مطالعه‌ی یآوری و همکارانش شیر بیشترین غذای مورد استفاده گزارش شد (۹). این تفاوت

آگاهی ایشان در این زمینه، در حد مطلوب نبوده و با توجه به اهمیت موضوع به نظر می‌رسد برنامه‌هایی جهت ارتقا آن اجرا شوند، در این رابطه پیشنهاد می‌شود تا برنامه‌های فرهنگی در زمینه اهمیت تغذیه در قرآن توسط دانشگاه اجرا گردد. همچنین در برنامه‌ریزی‌های درسی به این موضوع توجه شود تا انگیزه‌های لازم برای افزایش و آگاهی دانشجویان و به طبع آن استفاده از غذاهای ذکر شده در قرآن گسترش یابد.

تشکر و قدردانی

محققان بر خود لازم می‌دانند از معاونت تحقیقات و فناوری دانشگاه علوم پزشکی مازندران که اعتبارات مالی این طرح را تأمین نموده‌است و همچنین از دانشجویان شرکت‌کننده در مطالعه تشکر نمایند.

می‌توان از منابع اسلامی که غنی‌ترین منبع آن قرآن می‌باشد؛ جهت بهره‌مندی از تغذیه سالم استفاده نمود. در مطالعه‌ای که محمدی لائینی و همکارانش در دانشگاه علوم پزشکی مازندران بر روی اعضای هیئت علمی انجام دادند، ۵۱/۱۴ درصد از شرکت‌کنندگان، والدین را مهم‌ترین مشوق جهت فراگیری قرآن گزارش نمودند (۱۷)، با توجه به اینکه، این گروه از افراد مسئولیت برنامه‌ریزی دروس دانشگاهی را برعهده دارند؛ بنابراین وجود شباهت بین منبع آگاهی شرکت‌کنندگان در مطالعه ما و مشوقین در مطالعه محمدی لائینی و همکاران می‌تواند بیانگر این نکته باشد که احتمالاً در برنامه‌ریزی دروس دانشگاه به اهمیت تغذیه از نگاه قرآن توجه لازم صورت نگرفته است. در مجموع براساس نتایج این مطالعه، میزان استفاده دانشجویان از غذاهای ذکر شده در قرآن و همچنین

References

1. Kazemi M, Ansari A, Allah Tavakoli M, Karimi S. The effect of the recitation of holy Quran on mental health in nursing students of Rafsanjan University of Medical Sciences. *Journal of Rafsanjan University of Medical Sciences*. 2004; 3(1): 52-57 (Persian).
2. Jamalizadeh A. Healthy teachings in speech and vatic (prophetic) behaviors manners. *Journal of Rafsanjan University of Medical Sciences*. 2007; 6(4): 37-42 (Persian).
3. Maftoon F, Gahangir A, Sadighi J, Karbakhsh M, Farzadi F, Khodayi Sh. Prayer therapy (reading surah al-fatihah and suraikhlas) and life style in patients with multiple sclerosis (M.S). *Journal of Interdisciplinary Quranic Studies*. 2008; 1(1): 35-38 (Persian).
4. Tavan B, Jahani F. The effect of attending the familiarity with Quran workshop on the mental health of nurses at the educational hospitals of Arak University of Medical Sciences. *Arak Medical University Journal*. 2011; 13(4): 35-40 (Persian).
5. Mirzayi MG. Healing In Quran. *Iranian Journal of Medical Ethics and History of Medicine*. 2010; 3(9): 112-122 (Persian).
6. Maftoon F, Gahangir A. 82 Surah Israa verse interpretation in relation to prayer and healing. *Journal of Interdisciplinary Quranic studies*. 2008; 1(1): 39-42 (Persian).
7. Minaei MB, RezaeeAref T. Quran and singular: Protective effects of extract of *Urtica dioica* leaf on mucosa of intestine in diabetic rats. *Quran and Medicine*. 2012; 1(3): 56-60 (Persian).
8. Marzband R, Afzali MA. The orientation of health nutrition with emphasis on Quran teachings. *Religion and Health*. 2013; 1(1): 9-18 (Persian).
9. Avari M, Azizi M, Ghanee Ezabadi B, Rigazadeh M. Knowledge attitude and practice of people aged 25 and older in Yazd regarding foods mentioned in Quran and Hadiths. *Journal of Public Health school, Yazd University of Medical Science*. 2007; 6(1): 26-35 (Persian).
10. Khodadadi H, Khodadadizadeh A, Asadpour M, Rafie M, Karamipour Z. Review of nutritional advices of great prophet and how much these advices are corrected with the medical sciences. *Journal of Rafsanjan University of Medical Sciences*. 2008; 6(4): 43-48 (Persian).
11. Ranjbar A, Tavilani H, Mohsenzadeh F. Quran and pharmaceutical plants: Antioxidants. *Quran and Medicine*. 2013; 2(1): 5-9 (Persian).

12. Shadjou A, Farajzadeh D, Raf'ati H, Sanainasab H. The knowledge level and attitude of faculty members, physicians and paramedics about religious recommendations on nutrition. *Quran and Medicine*. 2011; 1(1): 47-51 (Persian).
13. Rafiei A, Amjadi O, Ghavibonieh K. Mystery of the Holy Quran and Narratives emphasize the consumption of olive. *Religion and Health*. 2013; 1(1): 19-32 (Persian).
14. Zakavi AA, Marzband R. The study of instructors spiritual factors in medical science education by emphasizing on revealed teachings. *Religion and Health*. 2013; 1(1):33-46 (Persian).
15. Ghadimi R, Kamrani MS, Zarghami A, Darzi AA. The role of nutrition in educational and spiritual development of human beings: Quranic perspective. *Journal of Babol University Medical Science*. 2013; 15(1): 34-39 (Persian).
16. Moazedi K, Asadi A. Mental health status in the Quran. *Journal of Ardabil University of Medical Sciences*. 2012; 12(1): 85-96 (Persian).
17. Mohammadi LM, Azadbakht M, Hosseini S, Pezeshkan P. Mazandaran University of Medical Sciences regarding. *Journal of Mazandaran University of Medical Science*. 2009; 19(69): 73-78 (Persian).