



پروتئین لاکتوفرین (LF) شیر و تاثیر آن در بالا بردن سیستم ایمنی بدن

چکیده امروزه افزایش دانش در خصوص رژیم های غذایی و سلامت، منجر به توجه بیشتر محققان به ارتقا کیفی محصولات غذایی شده است. طی دو دهه گذشته صنعت جهانی لبنیات نیز توجه ویژه ای به سمت تولید محصولات با ارزش افزوده و تغییر مسیر از تولید رایج به سمت محصولات کیفی و اقتصادی داشته است. از اینرو بخش قابل توجهی از درآمد در صنعت لبنیات، از طریق پروتئین های ویژه به دست می آید. پروتئین های شیر قوام و ویژگی های حسی محصولات لبنی مختلف را تقویت می کند. در این میان لاکتوفرین بیشترین خاصیت ضد میکروبی را از خود نشان داده است. از این خاصیت لاکتوفرین در تولیدات غذایی، بسته بندی و دارو استفاده می گردد. اتصال لاکتوفرین به آهن منجر به کاهش رشد و توسعه برخی عوامل میکروبی از جمله *Escherichia coli*, *Bacillus stearothermophilus*, *Shigella dysenteriae*, *Salmonella spp* و *Bacillus subtilis* می شود. از سوی دیگر گزارش های علمی بر تاثیر لاکتوفرین بر برخی عوامل بیماری زای ویروسی دلالت دارد. با توجه به معضل جهانی بیماری کرونا، لزوم بررسی همه جانبه اثرات مصرف لاکتوفرین بر عامل این بیماری به عنوان راهکاری موثر احساس می شود. تاثیر مثبت لاکتوفرین بر کنترل فعالیت عوامل ویروسی مشابه با کرونا گزارش شده است. لذا به نظر می رسد مصرف این پروتئین لبنی بر کنترل فعالیت این عامل بیماری می تواند موثر باشد.

محاسبه نرخ شیر خام، مرغ و تخم مرغ بر عهده تنظیم بازار است

رییس انجمن صنایع خوراک دام، طیور و آبزیان ایران گفت: در محاسبه قیمت مرغ، تخم مرغ و شیر خام سازمان حمایت اقدام می کند.

مجید موافق قدیری رییس انجمن صنایع خوراک دام، طیور و آبزیان ایران در گفت و گو با خبرنگار صنعت، تجارت و کشاورزی گروه اقتصادی باشگاه خبرنگاران جوان، گفت: پیرو پیگیری های به عمل آمده و با توجه به مشکلاتی که در کارخانجات خوراک دام و طیور برای تامین مواد اولیه (نهاده های دامی) از جانب انجمن مطرح شده است، جلسه ای با حضور تمام معاونان وزیر جهاد کشاورزی و نمایندگان ستاد تنظیم بازار کشور و ... در محل دفتر رییس سازمان حمایت از مصرف کنندگان برگزار و پس از بحث و تبادل نظر تصمیمات ذیل اتخاذ شد.

او بیان کرد: مقرر شد مقدمات لازم برای ارتباط سامانه بازارگاه از طریق وب سرویس های لازم توسط واحدهای فن آوری اطلاعات وزارت جهاد کشاورزی و سازمان حمایت مصرف کنندگان به سامانه جامع تجارت صورت گرفته تا تحویل هرگونه نهاد صرف از طریق سامانه مذکور صورت گیرد.

رییس انجمن صنایع خوراک دام، طیور و آبزیان ایران تشریح کرد: با توجه به تنوع تولید خوراک دام و طیور در کشور و ضرورت تعیین سقف قیمت انواع خوراک دام به منظور ثبت در سامانه مربوطه مقرر شد فهرست اصلی محصولات تولیدی از ناحیه انجمن و اتحادیه مربوط به همراه حداکثر قیمت پیشنهادی با استانداردهای لازم به همراه جدول آنالیز ترکیب مواد اصلی به وزارت جهاد کشاورزی منعکس تا پس از تایید وزارت جهاد کشاورزی به سازمان حمایت مصرف کنندگان و تولیدکنندگان منعکس و پس از بررسی ملاک عمل قرار گیرد.

موافق قدیری ادامه داد: بدیهی است در محاسبه قیمت مرغ، تخم مرغ و شیر خام سازمان حمایت بر اساس بررسی های میدانی و سوابق در اختیار اقدام می کند و قیمت های مصوب خوراک دام صرفا برای عرضه کالا در سطح بازار است.

او گفت: در خصوص میزان و نحوه تامین مواد اولیه مورد نیاز کارخانجات تولید خوراک دام مقرر شد جلسات لازم با تمامی ذی نفعان در وزارت جهاد کشاورزی منعقد و تصمیمات لازم در این خصوص اتخاذ شود. کماکان نظارت بر کیفیت محصولات تولیدی مطابق استانداردهای لازم توسط سازمان دامپزشکی مورد تاکید قرار گرفت.

نوشتنی عالی برای افراد افسرده در بحران کرونا

رییس انستیتو تحقیقات تغذیه ای و صنایع غذایی کشور گفت: افرادی که در بحران کرونا دچار افسردگی و اضطراب شده اند، بهتر است عصرها شیر نیمه گرم بنوشند و البته با توجه به شدت بیماری می توانند مکمل استفاده کنند، اما در مواردی همچون تپش قلب حتما باید مداخله های روانشناسی و روانپزشکی صورت بگیرد.

جلال الدین میرزای رزاز در پاسخ به این سوال که مصرف چه مواد غذایی برای افرادی که در بحران کرونا حالت افسردگی دارند مناسب است؟

گفت: مصرف چای، کافئین و انواع شکلات می تواند برای دستگاه عصبی نوعی محرک باشد و محرک مغزی اضطراب را به خصوص در افرادی که اختلال خواب دارند، افزایش دهد؛ بنابراین نباید از این مواد استفاده کرد. وی در ادامه با اشاره به مواد غذایی که باید در دوران نقاهت کرونا استفاده کرد، گفت: با توجه به تحقیقات صورت گرفته، ترمیم اعضای بدن مبتلایان به کرونا که دچار آسیب شده، چندین هفته و چندین ماه زمان نیاز دارد.

میرزای رزاز افزود: بیماران بعد از دوران نقاهت کرونا به سه گروه شامل افرادی که با سوء تغذیه مواجه نیستند، افرادی که سوء تغذیه متوسط دارند و افرادی که با سوء تغذیه شدید مواجه هستند، تقسیم می شوند. وی تصریح کرد: توصیه ما به افرادی که با سوء تغذیه متوسط مواجه هستند، درمان های خانگی و به افرادی که با سوء تغذیه شدید مواجهند، مشاوره های تخصصی غذایی است.

رییس انستیتو تحقیقات تغذیه ای و صنایع غذایی کشور همچنین بیان کرد: تقویت سیستم ایمنی بدن باید تنوع و تعادل و تبعیت از هرم غذایی رعایت شود. در این رابطه استفاده از کربوهیدرات ها، غلات، سبزیجات، لبنیات و پروتئین ها شامل انواع پروتئین های گیاهی، حیوانی، چربی ها اهمیت بسیاری دارد.

میرزای رزاز گفت: برای ارتقای سیستم ایمنی بدن باید از مواد غذایی که دارای یک سری ویتامین های محلول در چربی شامل ویتامین A، B، E هستند، استفاده کرد، همچنین استفاده از ویتامین A و B. به تبعیت از رژیم غذایی متنوع که بیش از ۸۵ درصد مواد معدنی را تامین می کند، تاثیرگذار است. وی با اشاره به کمبود برخی ویتامین ها افزود: برخی هموطنان ما با کمبود ویتامین D. مواجه هستند، توصیه می شود این ویتامین به صورت مکمل مصرف شود.

میرزای رزاز ادامه داد: ویتامین D. به طور معمول و به صورت روزانه ۱۰۰۰ واحدی و به صورت هفتگی یا دو هفته یکبار ۵۰ هزار واحدی مصرف می شود که باید از طریق داروخانه ها تهیه شود. اما در ایام کرونا مصرف ۸۰۰ تا ۱۰۰۰ واحدی ویتامین D. کافی است.

رزاز در مورد سایر ریز مغذی های شامل زینک و سلنیوم هم گفت: این ریز مغذی ها در همه غذاها یافت می شود. توصیه سازمان بهداشت جهانی این است که ویتامین C. را از طریق غذا و و سبزیجات در ایام کرونا استفاده کرد.