تیک سلامتی

آنچه باید از خرید و نگهداری جوجه‌رنگی‌ها بدانیم

ظریفیان

با شروع فصل بهار فروش جوجه‌های رنگی نیز اغلب رونق می‌گیرد. جیک جیک‌هایی که گاهی مانند مته مغز آدم را سوراخ می‌کند، صدایی آشناست که این روزها در بیشتر کوچه‌ها و هنگام گذر از حیاط یا تراس خانه‌ها به گوش می‌رسد. مشتری جوجه‌رنگی‌هایی که اغلب از سوی نمکی‌ها و در شرایط نامناسب و آلوده نگهداری و فروخته می‌شوند، خانواده‌های دارای کودک هستند که با اصرار بچه ذوق‌زده‌شان آن‌ها را می‌خرد، درحالی‌که هیچ دانش و مهارتی از نگهداری جوجه‌ها ندارد.

سرنوشت آشنا و غم‌انگیز این جوجه‌ها که به لحاظ روانی برای کودکانی که به آن‌ها دل می‌بندند خاطره‌ای دردناک خواهد بود، خیلی زود رقم می‌خورد، مرگ در اثر بیماری، دستمالی زیاد یا زیر دست و پا له شدن. در این مطلب مهم‌ترین اطلاعاتی را که هنگام خرید و نگهداری از این حیوانات باید بدانید را جمع‌آوری کرده‌ایم.

نکاتی برای خرید جوجه‌رنگی

پیش از همه به اینکه در کجا می‌خواهید آن را نگهداری کنید فکر کنید. تا چند ماه اول شاید بتوان از جوجه در آپارتمان نگهداری کرد، اما این پرنده سرعت رشد بالایی دارد و پس از مدتی، زندگی در آپارتمان برای او مناسب نخواهد بود.

قبل از یک ماهگی نباید جوجه را در حیاط و محیط سرد نگهداری کرد.

یک کارتن محکم یا یک جعبه چوبی انتخاب مناسبی به عنوان لانه جوجه‌رنگی در چند ماه اول است، اما کارتنی که بوی مواد شیمیایی یا شوینده بدهد جوجه را بیمار می‌کند.

کف کارتن را با پوشال نرم بپوشانید و از ظرفی کم‌عمق به منظور آبخوری پرنده استفاده کنید.

برای جلوگیری از واژگون شدن ظرف آب و خیس شدن کارتن، یک تکه سنگ را شسته و درون ظرف آب قرار دهید.

ظرف آبی را انتخاب کنید که پرنده نتواند به درون آن برود، در غیر این صورت باعث سرماخوردگی و تلف شدن جوجه خواهد شد.

جوجه مریض نخرید. چشمان شفاف و باز، جنب و جوش زیاد، پرهای تمیز، جیک جیک کردن شاداب و فرز بودن نشانه‌های جوجه‌رنگی سالم است

چه غذایی به جوجه‌رنگی بدهیم؟

بهترین تغذیه برای جوجه مرغ، استارتر است چون تمامی مواد لازم برای بدن جوجه‌ها را دارا بوده و باعث رشد سریع این پرنده می‌گردد.

اگر توانایی خرید استارتر را ندارید از مخلوط پودر گندم، ذرت، سویا و تخم کتان برای غذای جوجه‌رنگی استفاده کنید. پس از گذشت چند روز می‌توانید به جوجه سبزیجات تازه و خرد شده و برخی از میوه‌ها مانند سیب نیز بدهید.

این غذاها را به جوجه ندهید

- غذاهای خانگی پخته شده با روغن و نمک
- شیرینی و شکلات
- سیب‌زمینی سبز رنگ و دارای جوانه
- پیاز
- آووکادو و هسته میوه‌ها
- شیر

دمای مورد نیاز جوجه‌رنگی

دمای مناسب برای جوجه‌رنگی قبل از دو هفته، ۳۰ تا ۳۲ درجه سانتی‌گراد است، اما قرار دادن لانه پرنده در کنار بخاری به دلیل پخش نامتناسب گرما و آلودگی برای پرنده مضر است. بهترین انتخاب نصب لامپ رشته‌ای ۱۰۰ یا ۵۰ وات (بسته به اندازه کارتن) بالای کارتن با ارتفاع ۵۰ تا ۷۰ سانتی‌متر است.

پیشگیری و درمان بیماری‌های جوجه‌رنگی

- حفظ نظافت و تغذیه صحیح جوجه‌ها از ابتلای آن‌ها به بیماری جلوگیری می‌کند.
- بهتر است پس از خرید جوجه‌رنگی، به دام پزشک مراجعه کنید تا واکسن‌های مورد نیاز به پرنده تزریق شود.
- یکی از دلایل عمده تلف شدن جوجه‌رنگی‌ها، دست زدن دائم و فشردن آن‌ها از سوی کودکان است.
- در صورت مشاهده بی‌حالی، چشم‌های بسته یا تغییر در مدفوع پرنده، جوجه را از سایر پرندگان جدا کنید و دمای محیط نگهداری را افزایش دهید. استفاده از مولتی ویتامین مخصوص طیور نیز در درمان بیماری مؤثر خواهد بود.

چطور از انتقال بیماری جوجه‌رنگی به بچه‌ها جلوگیری کنیم؟

از آنجایی که جوجه‌رنگی‌ها از نوع گوشتی یا تخم‌گذار نیستند و ارزش اقتصادی ندارند، از نظر بیماری‌ها هم معمولا تحت پوشش اقدامات پیشگیرانه و واکسیناسیون قرار نمی‌گیرند. بنابراین می‌توانند باعث انتقال بیماری‌های مشترک طیور و انسان مانند آنفلوانزای نوع A و سالمونز شوند. خطر ابتلا به این بیماری‌ها در کودکان و افراد مسن و ضعیف بیشتر است.

سالمونز معمولا بعد از ۱۲ تا ۱۴ ساعت با علائمی نظیر تب، لرز، پیچش شکم، اسهال و استفراغ یا گاستریت شدید بروز می‌کند و ممکن است تا یک هفته ادامه داشته باشد.

کودکان به دلیل علاقه زیادی که به جوجه‌ها دارند گاهی در کنار آن‌ها غذا می‌خورند، آن‌ها را می‌بوسند و اغلب بدون شستن دست‌ها غذا می‌خورند. بنابراین لازم است دقت کنید که کودکان ارتباط کمتری با جوجه‌ها داشته باشند و مرتب دست‌هایشان را با آب و صابون شست‌وشو دهند.

پرسش از شما، پاسخ از ما

همراهان گرامی می‌توانید پرسش‌های خود با موضوع پزشکی، روان‌شناسی و شخصیت‌شناسی را به روش‌های زیر با ما در میان بگذارید و در کوتاه‌ترین زمان ممکن پاسخ آن‌ها را در همین صفحه مشاهده کنید.

پیامک: ۳۰۰۰۷۲۸۹ پیام‌رسان: ۰۹۰۵۴۶۵۸۰۶۰

تلخی این قند!

آیا شیرین‌کننده‌های مصنوعی بی‌خطرند؟

ملیحه ابراهیمی | پاتیل بزرگی را پر از شیر کرده است و چند کیسه شکر را درون آن خالی می‌کند. از یک ناظر می‌خواهد شیرینی شیر را بچشد. پاتیل بزرگ دیگری را به همان اندازه از شیر پر می‌کند و درون آن یک قاشق غذاخوری قند مصنوعی می‌ریزد و باز هم از ناظر می‌خواهد آن را هم بچشد و نظرش را بگوید. بدون آنکه چیزی بگوید از تعجبی که در چهره‌اش نقش بسته می‌توان نتیجه این مقایسه را فهمید. شیری که با قند مصنوعی شیرین شده است، قابلیت خوردن ندارد. این آزمایشی است که چند سال پیش یکی از کارخانه‌های صنایع غذایی در مقابل دوربین‌های رسانه‌ای انجام داد تا به مشتریان خود اطلاعات بیشتری درباره شیرین‌کننده‌های مصنوعی بدهد. آدامس‌های بدون قند، آبنبات‌های ویژه دیابتی‌ها و نوشابه‌های رژیمی نمونه‌ای از این خوراکی‌ها هستند که این روزها با تکیه بر اینکه قند طبیعی ندارند و سبب چاقی و اضافه‌وزن و افزایش قندخون نمی‌شوند، طرفداران زیادی پیدا کرده‌اند. مطلبی که راستی و درستی آن هر از گاهی با خبری زیر سؤال می‌رود و شک به جان مصرف‌کنندگان این محصولات می‌اندازد. موضوعی که می‌خواهیم امروز قدری درباره آن با هم صحبت کنیم.

قند؛ طبیعی یا مصنوعی؟

شیرین‌کننده‌های طبیعی یا مغذی
با وجود دارا بودن کربوهیدرات، خواص مفید زیاد دیگری دارند، مانند گلوکز، فروکتوز، مالتوز، شربت یا کون و شیره افرا

شیرین‌کننده‌های مصنوعی یا غیرمغذی
در آزمایشگاه‌ها تولید و از آن‌ها برای افزودن طعم شیرین به جای قندهای طبیعی به محصولات مختلف استفاده می‌شود، مانند؛ سپارتام، ساخارین، اریتریتول و سوکرالوز

کاربرد قندهای مصنوعی

داروها
برای بهتر کردن طعم داروهای تلخ و بدخور به‌ویژه برای کودکان

موادغذایی
در بیشتر مواد غذایی مانند پودینگ، انواع کیک و شیرینی، مربا و ژله و کنسروها

محصولات بهداشتی
برای طعم‌دار کردن محصولاتی مانند خمیردندان‌ها

مزیت قندهای مصنوعی

- کمک به مدیریت وزن با کالری کم
- کنترل قندخون و دیابت
- حفظ سلامت دندان‌ها
- پایداری بیشتر در برابر حرارت زیاد و نگهداری
- مقرون به صرفه بودن
- کنترل بهتر طعم و فرمولاسیون مواد

پراستفاده‌ترین قندهای مصنوعی

شیرین کننده	مقایسه شیرینی با شکر	پایداری در برابر حرارت	کالری	ویژگی بارز
آسپارتام	۲۰۰ برابر بیشتر	ناپایدار	هرگرم ۴ کالری	نامناسب برای پخت و پز
ساخارین	۲۰۰ تا ۷۰۰ برابر بیشتر	پایدار	ندارد	طعم ناخوشایند تلخی یا فلزی
سیکلامات	۳۰ تا ۵۰ برابر بیشتر	پایدار	ندارد	ارزان و مقرون به صرفه
سوکرالوز	۶۰۰ برابر بیشتر	پایدار	ندارد	ارزان و مقرون به صرفه
استویا	۲۰۰ تا ۴۰۰ برابر بیشتر	پایدار	ندارد	گران و تولید شده از منبع طبیعی

*گاهی میزان شیرین‌کنندگی یک قند مصنوعی تا ۲۰،۰۰۰ برابر بیشتر از شکر (ساکاروز) است.

۶۰۰۰ محصول
در تولید بیش از ۶۰۰۰ محصول در سراسر دنیا از شیرین‌کننده‌های مصنوعی استفاده می‌شود.

منع مصرف

دیابتی‌ها، کودکان، زنان باردار، مادران شیرده، افرادی که تشنج می‌کنند و مبتلایان به میگرن باید در مصرف شیرین‌کننده‌های مصنوعی احتیاط و پیش از استفاده حتما با یک پزشک یا متخصص تغذیه مشورت کنند.

یک هشدار جدی!

- تحقیقات پژوهشگران نشان می‌دهد بین استفاده از شیرین‌کننده‌های مصنوعی و برخی بیماری‌ها در حیوانات آزمایشگاهی رابطه وجود دارد ولی این ارتباط هنوز بین انسان و این بیماری‌ها تأیید نشده است. با این همه، نگرانی‌ها همچنان از سلامت کامل این محصولات وجود دارد و نمی‌توان به آن‌ها اطمینان کامل کرد. این پژوهشگران چند دلیل مهم برای این نگرانی‌شان بیان می‌کنند:
- شیرین‌کننده‌های مصنوعی می‌توانند اعتیادآور باشند، چون تا ۲۰ هزار برابر شیرین‌تر از قند طبیعی هستند و با گذشت زمان جوانه‌های چشایی زبان را تغییر می‌دهند و سبب کاهش حساسیت به غذاهای شیرین می‌شوند.
- این شیرینی‌های مصنوعی سبب می‌شوند تا غذاهای مغذی مانند میوه‌ها و سبزیجات به‌ویژه برای بچه‌ها بی‌مزه به نظر برسند و فرد به جای آن‌ها به سمت مصرف بیشتر این شیرین‌کننده‌ها و کربوهیدرات‌ها برود.
- اعلام عمومی بی‌خطر بودن این شیرین‌کننده‌ها مردم را به این نتیجه می‌رساند که می‌توانند بدون دغدغه و در میزان زیاد از آن‌ها استفاده کنند. درحالی‌که معمولا هیچ ماده غذایی فراوری شده‌ای سالم و سازگار با بدن انسان نیست.
- بیشتر پژوهش‌های سازمان‌های استاندارد غذایی مبتنی بر بی‌خطر بودن آن ماده غذایی در کوتاه‌مدت است و آثار بلندمدت آن بر روی باروری، رشد جنین، سرطان‌زایی، جهش ژنتیکی، سیستم عصبی و قلبی عروقی و دیگر اندام‌ها دیده نمی‌شود.
- صنعت تولید شیرین‌کننده‌ها در جهان بسیار پردرآمد است و این موضوع می‌تواند بر روی نتایج مطالعات تأثیرگذار باشد، چون بسیاری از مطالعات درباره ایمنی این محصولات را شرکت‌های تولیدکننده آن انجام می‌دهند.

ضرر قندهای مصنوعی

مشکلات گوارشی
یکی از شایع‌ترین ضررهای استفاده از شیرین‌کننده‌های مصنوعی مشکلات گوارشی مانند نفخ و اختلال در عملکرد روده‌هاست.

حساسیت‌ها و واکنش‌های آلرژیک
برخی افراد نسبت به این مواد حساسیت نشان می‌دهند، مانند آسپارتام که سبب سردرد، سرگیجه و مشکلات گوارشی می‌شود.

افزایش اشتها
برخی تحقیقات ثابت کرده است شیرین‌کننده‌های مصنوعی سبب افزایش اشتها می‌شوند. چیزی که مصرف‌کننده‌ها به دنبال آن نیستند.

سندرم متابولیک
مصرف شیرین‌کننده‌های مصنوعی احتمال ابتلا به سندرم متابولیک مانند فشار خون بالا، قندخون بالا، چربی اضافی شکم و چربی خون غیرطبیعی را در برخی افراد افزایش می‌دهد.

تغییر در میکروبیوم روده
برخی تحقیقات نشان می‌دهد مصرف شیرین‌کننده‌های مصنوعی می‌تواند سبب مختل شدن عملکرد باکتری‌های مفید روده و مشکلات گوارشی و التهاب شود.

ابتلا به سرطان
شیرین‌کننده‌های مصنوعی سبب ابتلا به سرطان نمی‌شوند ولی مصرف بیش از اندازه آن‌ها احتمال ابتلا به سرطان‌ها را افزایش می‌دهد.