**تحقیق ظروف مسی**

مس یک ماده معدنی است که برای بافت‌های بدن ضروری می‌باشد مس به رگ‌های خونی، سیستم ایمنی بدن و استخوان کمک می‌کند تا سالم بمانند.

مس به طور طبیعی در برخی از صدف‌ها، سیب زمینی‌ها، میوه‌های خشک و سبزیجات وجود دارد، مردم در رژیم روزانه خود مس را به میزان کافی دریافت می‌کنند.

ظروف مسی کاربرد‌های متفاوتی دارند و از مهم‌ترین وسایلی هستند که برای خوردن و نوشیدن مورد استفاده قرار می‌گیرند.

در این نوشتار آموزش و پرورش ماگرتا می‌خواهیم مطالبی را در خصوص ظروف مسی بیان کنیم با ما همراه شوید.

**فواید ظروف مسی**

وجود قابلمه‌ها و تابه‌های مسی در آشپزخانه جذاب است، همچنین مس انتقال دهنده خوبی برای گرما است و برای پخت و پز در میزان بالا مناسب می‌باشد.

معمولا برای تهیه غذاها و سس‌هایی که نیاز به دمای کنترل شده دارند از قابلمه‌ها و ماهیتابه‌های مسی استفاده می‌کنند.

قابلمه و تابه‌های مسی، با استیل ضد زنگ و قلع پوشانده می‌شوند به همین دلیل جای نگرانی برای مسمومیت با مس وجود ندارد.

**فواید نوشیدن آب با ظروف مسی**

مطابق با تحقیقات داشتن مس در بدن بر سلامت بدن تاثیر فوق العاده مثبتی دارد در این قسمت می‌خواهیم چند فواید نوشیدن آب در ظروف مسی را بیان کنیم.

**تقویت مو:** فلز مس باعث تولید ملانین در بدن که منجر به رشد سریع مو می‌شود.

**افزایش سلامت پوست**

مس موجود در بدن باعث درمان پوست‌های آسیب دیده می‌شود، همچنین باعث تولید سلول‌های سالم پوست می‌شود.

**تحریک مغز**

مس بدن را به تولید میلین تحریک می‌کند که باعث افزایش سرعت عملکرد مغز می‌شود.

**بهبود سلامت قلبی عروقی**

وجود مس در بدن باعث از بین رفتن انسداد شریان‌ها می‌شود، همچنین مس از ایجاد پلاک‌هایی که باعث انسداد رگ‌های خونی می‌شود جلوگیری می‌کند.

**تسکین و آرامش مفاصل**

مس باعث بهبود بیماری آرتروز و بازسازی غضروف کمک می‌کند.

**کمک به طحال و کبد**

وجود مس در بدن به عملکرد طحال و کبد کمک می‌کند.

**نکات مهم در استفاده از ظروف مسی**

قابلمه‌ها و ماهیتابه‌های مسی چون با قلع و استیل ضد زنگ ترکیب شده اند از مسمومیت مربوط به مس محافظت می‌کند.

این فلز با برخی از غذاها به راحتی حل می‌شود و در حین خوردن غذا باعث حالت تهوع و اسهال می‌شود.

**نظر متخصصان طب سنتی در مورد ظروف مسی**

* مس بیشتر از نیاز بدن باعث رسوب کبد می‌شود و در نهایت مسمومیت ایجاد می‌کند که از علائم بارز آن تهوع و سردرد است. همچنین اگر مس وارد غذا شود جذب کلسیم و آهن به بدن را مختل می‌کند، در حقیقیت ظروف مسی باید لعاب داشته باشد در غیر این صورت پختن غذا در آن صحیح نیست.
* در کتاب تغذیه در طب ایرانی، اسلامی استفاده ظروف مسی و روی به دلیل آزاد کردن این عناصر و ترکیب شدن آن با غذا که باعث می‌شود بر عملکرد سیستم مغز و اعصاب تاثیر منفی داشته باشد نهی شده است، به‌طور کلی یکی از مضرات ظروف مسی اکسید شدن آن با غذا است که بسیار خطرناک می‌باشد.

**کلام آخر**

در این نوشتار به بررسی فواید و نظر متخصصان در خصوص ظروف مسی پرداختیم امید است این مطلب برای شما کاربران عزیز مفید باشد منتظر نظرات و پیشنهادات شما هستیم.