

146329 - الحجاب لا يسبب نقص فيتامين د

السؤال

ماذا تفعل المرأة المحجبة التي تعاني من نقص في فيتامين دـي وعنصر الكالسيوم ، والذي يحصل عليه الشخص عن طريق تعرضه للشمس؟ وكيف نناقش من تقول إنها لا تلبس الحجاب لهذا السبب؟

الإجابة المفصلة

الواجب على المرأة ستر رأسها وجميع بدنها عن الرجال الأجانب ، لقوله تعالى : (يَا أَيُّهَا النَّبِيُّ قُلْ لِأَرْوَاحِكَ وَبَنَاتِكَ وَنِسَاءِ الْمُؤْمِنِينَ يُذَرِّينَ عَلَيْهِنَّ مِنْ جَلَابِبِهِنَّ ذَلِكَ أَذْنَى أَنْ يُعْرَفُنَّ فَلَا يُؤْدِينَ وَكَانَ اللَّهُ عَفُورًا رَحِيمًا) الأحزاب/59 ، ولأدلة أخرى سبق بيانها في جواب السؤال رقم (11774)

فالحجاب فريضة محكمة على كل مسلمة ، ونقص الكالسيوم وفيتامين دـيمكن أن يعالج طبيا ، وبتناول الأطعمة المحتوية على ذلك ، وبالعرض للشمس في مكان لا يوجد فيه الرجال الأجانب ، كالعرض لها من خلال النوافذ ، وعلى أسطح المنازل ، وفي المتنزهات البعيدة ونحو ذلك .

وقد شرع الله تعالى الحجاب وأمر به ، وهو سبحانه أعلم بخلقه وبما يصلحهم ، والشريعة لا تأمر بما فيه ضرر ظاهر أو مفسدة معترضة .

وقد نفى الدكتور محمد الشاكر استشاري أمراض العظام في مستشفى الملك فيصل التخصصي بالرياض - بعد دراسة طبية شارك فيها عدد من الأطباء - ما قيل من أن اللباس الشرعي للمرأة يساهم في نقص فيتامين دـ، وقال : "تلك نظرية لا تمت إلى الحقيقة بصلة".

والمحظون يرون أن من أسباب الوقاية من هشاشة العظام : "العرض لأشعة الشمس لتحفيز الجلد على تكوين فيتامين (دـ) ، وأن حجاب المرأة المسلمة لا يمنع تعرضاً لأشعة الشمس ، لأن التعرض اليومي البسيط يكفي لإنتاج كمية كافية من الفيتامين " انتهى نقلاً عن موقع وزارة الصحة:

<http://www.moh.gov.sa/des/sections.php?CatParent=13&CatID=42>

فيقال لمن تركت الحجاب لهذه العلة : اتقى الله تعالى ، واحذر عقابه ، والتزم بما أمرك به ، ودعني التعلل بالأعذار الواهية ، فإن الله تعالى لا تخفي عليه خافية ، يعلم خائنة الأعين وما تخفي الصدور ، والتمسي الدواء والعافية في غير ما حرم الله ، وستجدنيه إن شاء الله .

وفق الله الجميع لما يحب ويرضى .

والله أعلم .