

146329 - الحجاب لا يسبب نقص فيتامين د

السؤال

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

الإجابة المفصلة

الحمد لله

الواجب على المرأة ستر رأسها وجميع بدنها عن الرجال الأجانب ، لقوله تعالى : (يَا أَيُّهَا النَّبِيُّ قُلْ لِأَزْوَاجِكَ وَبَنَاتِكَ وَنِسَاءِ الْمُؤْمِنِينَ يُدْنِينَ عَلَيْهِنَّ مِنْ جَلَابِيبِهِنَّ ذَلِكَ أَدْنَى أَنْ يُعْرَفْنَ فَلَا يُؤْذَيْنَ وَكَانَ اللَّهُ غَفُورًا رَحِيمًا) الأحزاب/59 ، ولأدلة أخرى سبق بيانها في جواب السؤال رقم (11774)

فالحجاب فريضة محكمة على كل مسلمة ، ونقص الكالسيوم وفيتامين د يمكن أن يعالج طبيا ، وبتناول الأطعمة المحتوية على ذلك ، وبالتعرض للشمس في مكان لا يوجد فيه الرجال الأجانب ، كالتعرض 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 معتبرة .

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 د ، وقال : " تلك نظرية لا تمت إلى الحقيقة بصلة " .

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

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

فيقال لمن تركت الحجاب لهذه العلة : اتقي الله تعالى ، واحذري عقابه ، والتزمي بما أمرك به ، ودعي التعلل بالأعذار الواهية ، فإن الله تعالى لا تخفى عليه خافية ، يعلم خائنة الأعين وما تخفي الصدور ، والتمسي الدواء والعافية في غير ما حرم الله ، وستجدينه إن شاء الله .

وفق الله الجميع لما يحب ويرضى .

والله أعلم .