

Food Safety and Nutrition of Combatants during the Holy Defense

Ali Mehrabi-Tavana ^{1*}

¹ Iranian Academy of Medical Sciences, Tehran, Iran

Received: 6 February 2025 Accepted: 12 March 2025

Abstract

The comprehensive defense of the sacred land of the Islamic Republic by combatants and the general public against the Ba'athist enemy and its arrogant supporters during the years of the Sacred Defense (1980-1988) not only led to the expulsion of the enemy from our beloved country but also proved to the world that the powerful Islamic Republic of Iran will defend itself powerfully against any aggression and make its enemies regretful. It is evident that combatants and the people must always be prepared to defend their honor and dignity. This requires physical, psychological, spiritual, and social readiness. In this regard, nutrition not only contributes to the physical readiness of combatants and the people but also, in itself, increases morale and spiritual and social capital. This article addresses the topic of nutrition and food hygiene for combatants during the 8 years of the imposed war.

Keywords: Food Hygiene, Nutrition, Combatants, Sacred Defense.

* **Corresponding Author:** Ali Mehrabi-Tavana

Address: Iranian Academy of Medical Sciences, Tehran, Iran.

E-mail: mehrab@bmsu.ac.ir

بهداشت مواد غذایی و تغذیه رزمندگان در دفاع مقدس

علی مهربابی توانا^{۱*}

^۱ فرهنگستان علوم پزشکی ایران، تهران، ایران

دریافت مقاله: ۱۴۰۳/۱۱/۱۸ پذیرش مقاله: ۱۴۰۳/۱۲/۲۳

چکیده

دفاع همه جانبه رزمندگان و عموم مردم از سرزمین مقدس جمهوری اسلامی در مقابل دشمن بعثی و حامیان استکباری او در سال‌های دفاع مقدس (۱۳۶۷-۱۳۵۹) نه تنها باعث بیرون راندن دشمن از کشور عزیزمان گردید بلکه به جهانیان ثابت نمود که کشور مقتدر جمهوری اسلامی ایران در مقابل هر تجاوزی قدرتمندانه دفاع نموده و دشمنان را پشیمان خواهد نمود. بدیهی است رزمندگان و مردم بایستی همواره آماده باشند تا از عزت و سربلندی خود دفاع کنند. این امر مستلزم آمادگی‌های جسمانی روانی و معنوی و اجتماعی است. در این راستا تغذیه نه تنها به آمادگی جسمانی رزمندگان و مردم کمک می‌نماید بلکه به خودی خود باعث افزایش روحیه و سرمایه‌های معنوی و اجتماعی می‌گردد. این مقاله به موضوع تغذیه و بهداشت مواد غذایی رزمندگان در طی ۸ سال جنگ تحمیلی می‌پردازد.

کلیدواژه‌ها: بهداشت مواد غذایی، تغذیه، رزمندگان، دفاع مقدس.

* نویسنده مسئول: علی مهربابی توانا

آدرس: فرهنگستان علوم پزشکی ایران، تهران، ایران.

ایمیل: mehrab@bmsu.ac.ir

مقدمه

نیاز انسان به غذا امری اجتناب‌ناپذیر است بنحوی که اگر مدت کوتاهی غذای کافی و بهداشتی به بدن انسان نرسد سلامتی وی به خطر می‌افتد. دانشمندان معتقد هستند آن‌هایی که خوب تغذیه می‌شوند دیر مریض می‌شوند و اگر هم مریض شوند به خاطر تغذیه خوب زودتر بهبود می‌یابند. البته منظور از تغذیه خوب استفاده از غذاهایی است که حاوی آب، املاح، پروتئین، لیپیدها، کربوهیدرات‌ها و ویتامین‌ها می‌باشد که بسته به سن، جنس، وزن و نوع فعالیت در افراد مختلف میزان مصرف آن متفاوت می‌باشد. بعلاوه شرایط فرهنگی اجتماعی افراد در مصرف و یا عدم مصرف برخی مواد غذایی مؤثر است و در برنامه تغذیه افراد نباید این نکات فراموش شود.

در جنگ ضمن اینکه نکات فوق مورد توجه قرار می‌گیرد بایستی نوع فعالیت رزمنده اعم از سبک تا نیمه سنگین و سنگین نیز مورد توجه قرار گیرد تا کالری مورد نیاز رزمنده تحت هر شرایطی تأمین شود و از کارایی لازم برای فعالیت رزمنده برخوردار باشد. البته در شرایط جنگ همچنان که از نامش پیداست ممکن است تغذیه افراد بویژه رزمندگان و عموم مردم دچار نوسان شود و کمبودها و تحریم‌های اقتصادی دشمن نیز بر این امر تأثیرگذار باشد.

این‌ها را نمی‌توان نادیده گرفت لیکن به هر حال تغذیه رزمنده هم بایستی کامل یعنی حاوی ۶ ماده اصلی مورد اشاره در فوق باشد و هم از بهداشت لازم در مراحل تهیه، تولید، طبخ و مصرف برخوردار باشد و این امر نیازمند مدیریت و برنامه‌ریزی و نظارت مستمر بهداشتی است. البته نمی‌توان از تغذیه در جنگ تحمیلی صحبت نمود و از پرهیز از اسراف در مصرف در بین رزمندگان سخن به عمل نیآورد زیرا رزمندگان به مصرف حداقل مواد غذایی بسنده می‌نمودند و موضوع جلوگیری از اسراف را کاملاً مورد توجه قرار داده بودند.

رزمنده‌ای در خاطرات خود چنین می‌گوید: "در سال ۶۳ نامه‌ای به جبهه آمد که آن را تکثیر کرده و به تمام لشکرها و تیپ‌ها و قرارگاه‌ها دادند و این نامه شاره‌ای به جان بچه‌ها انداخت. در این نامه دختر خانمی نوشته بود من دختری نه ساله هستم که تازه به سن تکلیف رسیده‌ام. برادر رزمنده؛ پدرم بارها تلاش کرد به جبهه بیاید اما موفق نشد. یک روز که با موتور گازی راه افتاد و می‌خواست برای جبهه ثبت نام کند، تصادف کرد و فوت نمود. من و مادرم به همراه داداش کوچیکم الان نود روز است که روزه می‌گیریم و یک فرش بافتیم. الان فرش تمام شد و آن را فروختیم و برای شما رزمنده‌های اسلام نان خشک و بادام خریدیم که بخورید و جلوی دشمنان اسلام و میهن را بگیرید که به کشور ما تجاوز نکنند. از آن شبی که این نامه را منتشر کردند، اگر یک دانه برنج از گوشه لب یکی از بچه‌ها به زمین می‌افتاد آن را برمی‌داشت و می‌خورد و می‌گفتند ما در روز قیامت جواب این زهرا کوچولو را

نمی‌توانیم بدهیم. به هر حال بنده، در جنگ از لحاظ خورد و خوراک اسراف ندیدم. مگر در عملیات‌ها که مثلاً بچه‌ها آنقدر تشنه بودند که نیاز به آب داشتند و آب کمپوت را می‌خوردند و مواد آن را که نمی‌توانستند بخورند، دور می‌انداختند" (۱).

البته گاه‌ها شرایط بدی آب و هوا رسانیدن غذا کافی و سالم را به رزمندگان مشکل می‌نمود. "گرسنگی بیشتر در عملیات‌ها اتفاق می‌افتاد تا در پشت جبهه. البته در عملیات هم همه چیز بود اما زمانی می‌شد که ماشین تدارکات را می‌زدند و یا به قدری گلوله باران بود که امکان ارسال خوراک و غذا نبود. مثلاً در سال ۶۳ در ارتفاعات شاخ شمیران سه روز تمام باران بارید و رودخانه طغیان کرد، به گونه‌ای که غیر از لودر هیچ چیز دیگری نمی‌توانست وارد آن شود. لودر قاطرها را که بار غذا داشتند در بیل خود می‌گذاشت و به این طرف رودخانه می‌آورد و پیاده می‌کرد و رسیدن غذا به ما حداقل نصف روز طول می‌کشید. شیر داغ‌کن‌های کوچکی بود که حدود سی سانتیمتر ارتفاع داشت و قطر آن به اندازه یک نعلبکی بود. در آن‌ها برای هجده یا نوزده نفر غذا می‌ریختند که به هر کدام از بچه‌ها نصف لیوان غذا می‌رسید. و کار به جایی رسید که نان خشکی که برای غذای قاطرها ریخته بودیم و سه روز در گونی و زیر باران مانده بود که به صورت خمیر درآمد بود را می‌خوردیم" (۱).
راوی فوق در بخش دیگری چنین بیان می‌کند: "در جبهه معمول و رسم بود که در هنگام نشستن بر سر سفره دعای سفره (اللهم ارزقنا رزقاً حلالاً طیباً واسعاً...) قرائت می‌شد. در پایان غذا هم قبل از اینکه سفره را جمع کنند، رزمنده‌ها نفر به نفر به دعا کردن می‌پرداختند. در تمام این امور و حتی شب عملیات هم شوخی و روحیه شاد بچه‌ها همیشه تداوم داشت. یکی از کارهای دیگری که در جبهه معمول بود این بود که هر دو نفر در یک کاسه غذا می‌خوردند و یا غذایی که تقسیم می‌شد برای دو نفر داده می‌شد" (۱).

روش‌ها

در این روش کتابخانه‌ای مستندات مرتبط بررسی و با برخی افراد دست‌اندرکار بهداشتی مصاحبه و نظرات آنان در تهیه این مقاله مورد استفاده قرار گرفته است و مقالات منتشره مرتبط با کلمات کلیدی بهداشت و مواد غذایی و تغذیه در موتور جستجوهای مربوطه در بازه زمانی (۱۳۶۷-۱۳۵۹) و پس از آن مورد بررسی و استفاده قرار گرفته است.

نتایج

در شرایط جنگ تحمیلی و تحریم اعمال شده از سوی دشمن با اعمال سیاست‌های دولت جمهوری اسلامی ایران سعی بر فایق آمدن بر تأثیرات نوسانات تغذیه‌ای بر سلامت جامعه به دو صورت زیر گرفته شد.

الف) تغذیه مردم: همواره مورد توجه مسئولین مربوطه بوده و

محلی و همچنین بعضاً از طریق مصرف دام زنده بوده است؛ (۲) رزمندگان در مصرف مواد غذایی با تأکید بر دین مبین اسلام رویه جلوگیری از اسراف را به یک فرهنگ عمومی تبدیل نموده بودند. (آیه شریفه قرآن که می‌فرماید کُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا) بخورید و بیاشامید ولی اسراف نکنید؛ (۳) روحیه رزمندگان در تغذیه همانا دیگران را بر خود مقدم دانستن بود و تنها نمونه مشابه این روحیه جهادی در عموم رزمندگان هم از نظر مصرف کمتر و هم تقدم دیگران بر خود را در مجاهدان صدر اسلام می‌توان یافت.



شکل-۱. عکس فوق مصرف غذا در مناطق عملیاتی را به صورت اضطراری نشان می‌دهد.

برای جلوگیری از کمبودها ضمن تأمین نان مردم برخی از مواد غذایی کمیاب همانند گوشت مرغ و یا گوشت قرمز، روغن نباتی و شکر که بعضاً وارداتی نیز بودند به صورت سهمیه بندی (کوپنی) در اختیار عموم مردم بر اساس سرانه خانوار قرار می‌گرفت.

ب) تغذیه رزمندگان: نیز همانند مردم از سوی واحدهای لجستیک از منابع مختلف تهیه و با نظارت بهداشتی واحدهای بهداشتی از تولید تا مصرف در اختیار رزمندگان قرار گرفته است. هر چند که (۱) تهیه برخی مواد غذایی از سوی رزمندگان از منابع

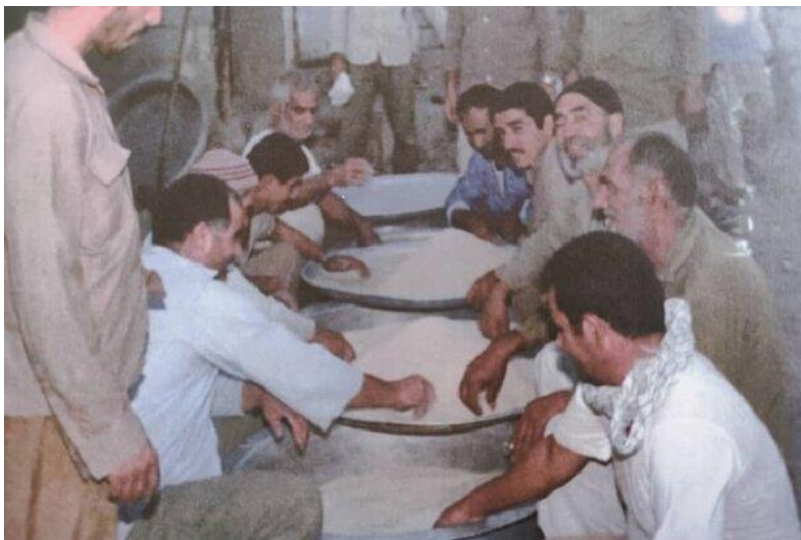
تأمین مواد اولیه غذایی: استفاده از تولیدات داخلی مهمترین اقدام در جهت تأمین مواد غذایی بوده است هر چند در آن ایام واردات برخی مواد غذایی مانند گندم، برنج، روغن، شکر و گوشت منجمد گاهاً اجتناب‌ناپذیر بوده است. به هر حال نیازهای مردم و رزمندگان از نظر تغذیه و راهنمایی‌های کمیته عالی تغذیه و برنامه‌های غذایی و عملیاتی مدنظر بوده است. چه بسا با اعزام کارشناسان بهداشتی نظارت از مبدأ بویژه در تهیه گوشت از نظر ذبح اسلامی مورد توجه بوده است.

• طبخ مواد غذایی در آشپزخانه‌های استقراری صحرائی و سیار: به غیر از جیره‌های جنگی که در شرایط عملیات‌ها استفاده می‌گردیده در شرایط ماقبل و بعد از آن جیره‌های غذایی مبنی بر تأمین کالری مورد نیاز و مصرف غذای گرم برای رزمندگان مورد توجه بوده است. بعضاً برخی آشپزخانه‌ها از همه لحاظ برای این امر از قبل فراهم شده بودند و یا اینکه برخی آشپزخانه‌ها به صورت موقت دایر می‌شدند و پس از پیشروی نیروها آن آشپزخانه‌های موقت نیز جایجا می‌شدند (اینگونه آشپزخانه‌ها بعضاً مشکل دفع فاضلاب داشتند که از تانکرهای حمل فاضلاب در جهت رفع مشکل آنان استفاده می‌شده است).

در ضمن دایر نمودن آشپزخانه‌های بزرگ از سوی اقشار مختلف مردم از جمله آشپزخانه شهید چمران و آشپزخانه همدانی‌ها و یا دیگر استان‌ها، از نمونه‌های بارز حضور مردمی بویژه در تهیه و طبخ و توزیع مواد غذایی در بین رزمندگان می‌باشد. ناگفته نماند که تغذیه رزمندگان زیر نظر کمیته عالی تغذیه متشکل از متخصصان تغذیه و بهداشت مواد غذایی در واحدهای نظامی بوده است. کمیته مذکور در محاسبه کالری مورد نیاز رزمنده و نظارت بر تأمین، طبخ و مصرف مواد غذایی بصورت بهداشتی در دوران دفاع مقدس و بر اساس شرایط رزمندگان و نیازهای غذایی آنان در آب و هوای مختلف در فصول مختلف سال نظارت کامل داشته است. عملکرد نهادهای دولتی و نظامی در ایام دوران دفاع مقدس در تأمین تغذیه مردم و رزمندگان به صورت جهادی و در جهت تأمین هر چه بهتر غذا اولاً به عنوان نیاز طبیعی و ثانیاً به عنوان یک امر روحیه‌بخش در دفاع همه‌جانبه در مقابل دشمن بعثی قابل تقدیر می‌باشد، زیرا از هر گونه نگرانی‌های مرتبط به این امر عملاً جلوگیری به عمل آمده است. باوجود شرایط جنگی کمترین مشکلی نیز گزارش نشده است.

بحث

در طی جنگ تحمیلی موضوع تغذیه از موارد زیر قابل ملاحظه است:



شکل-۲. این تصویر مربوط به آشپزخانه یک قرارگاه در جنوب کشور است که تهیه و پاک کردن برنج را در مرحله آماده‌سازی نشان می‌دهد.



شکل-۳. طبخ غذا را در یک آشپزخانه جبهه نشان می‌دهد



شکل-۴. آشپزخانه صحرایی را نشان می‌دهد که در جهت تأمین غذای گرم جمعیت‌ها محدود در حد یک گردان در برخی واحدهای رزمی مورد استفاده بوده است.

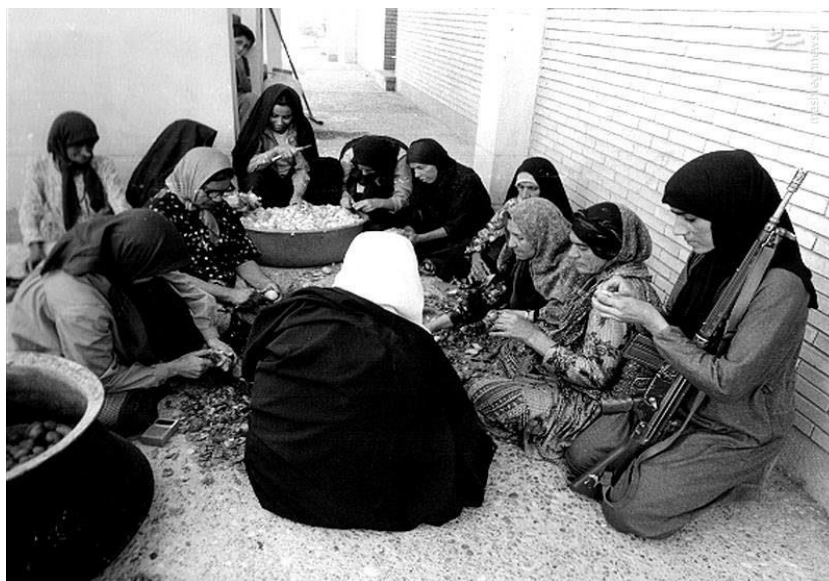
- صدور کارت تندرستی؛ بهداشت بر این عقیده بود هر نیرویی که در مراکز تهیه، طبخ، توزیع و مصرف مواد غذایی مشغول خدمت است باید از نظر سلامت کنترل شود و پس از انجام برخی آزمایشات برای آنان کارت بهداشتی صادر شود (این امر در جنگ‌ها یک استثناء محسوب می‌شود و کمتر از این اقدام مشابه در دیگر جنگ‌ها گزارش شده است).
 - آموزش بهداشت به کارکنان تهیه و طبخ و توزیع مواد غذایی؛ افراد شاغل در مراکز تهیه، طبخ، توزیع و مصرف مواد غذایی علاوه بر این که می‌بایست کارت تندرستی داشته باشند، ملزم به شرکت در کلاس‌های آموزش بهداشت بودند که عمدتاً چگونگی رعایت بهداشت فردی، بهداشت مواد غذایی و بهداشت محیط و عمومی را فرا می‌گرفتند زیرا کمترین سهل‌انگاری بهداشتی ممکن بود سبب آلودگی غذا گردد.
 - ارسال نمونه‌های غذایی به آزمایشگاه: آزمایشگاه‌های دانشگاه‌های علوم پزشکی منطقه که به امکانات و تجهیزات و کارکنان مجرب آزمایشگاهی مجهز بودند انواع غذاهای خام و طبخ شده را مورد آزمایش قرار می‌دادند و از این طریق کمک شایان توجهی به بهداشت مواد غذایی و تغذیه رزمندگان می‌نمودند که جا دارد از همه آنان تشکر و قدردانی گردد.
- توزیع مواد غذایی؛ بسته به شرایط متفاوت بود گاه‌ها بین آشپزخانه و نیروهای مصرف کننده فاصله چندانی نبود و غذا به صورت گرم به دست رزمنده می‌رسید و مصرف می‌نمود و البته گاهی فاصله طبخ تا مصرف زیاد بود و در اینجا سعی به استفاده از ظروف استیل و گاه‌ها دبه عایق برای انتقال غذا به رزمندگان استفاده می‌شد. البته گاهی هیچ کدام از صور فوق مقذور نبود و رزمندگان به مصرف غذاهای کنسرو شده و یا جیره‌های خشک (نان خشک و خرما) می‌پرداختند. در شرایط جنگی تهیه غذای گرم متأثر از شرایط رزمندگان در دوری و یا نزدیکی از آتش دشمن بود. البته در شرایط عدم تأمین غذای گرم و آتش دشمن همواره استفاده از غذاهای کنسرو شده ضمن رعایت موازین بهداشتی (گرم نمودن کنسروها) در دستورالعمل مصرف آن‌ها تأکید شده بود.
- ناگفته نماند مردم قهرمان ایران همواره در کنار رزمندگان و پشتیبانی‌های خود از آنان بویژه مواد غذایی سنگ تمام گذاشتند و با ارسال مواد غذایی خشک از جمله نان، برنج و همچنین مواد پروتئینی از جمله ارسال دام زنده و مرکبات برای رزمندگان، پایه‌پای رزمندگان از هیچ کوششی فروگذار نمودند که واقعاً باید به آنان دست میرزاد گفت که تاریخ قطعاً این امر را به نسل‌های آینده منعکس خواهد نمود.



شکل-۵. رزمندگان بر سر سفره را نشان می‌دهد که سفره مؤید ساده بودن غذای آنان بوده است.

و تعادل مناسب مواد مغذی بستگی دارد. سوء تغذیه شدید می‌تواند باعث تغییر قابل توجهی در پاسخ ایمنی شود، ممکن است با اختلال در پاسخ ایمنی و افزایش خطر عفونت همراه باشد. بیماری‌های عفونی در طول جنگ‌های بزرگ بیشتر از زخم‌های جنگی یا جراحات غیرنبردی به شمار می‌روند. عوامل استرس‌زای ترکیبی ممکن است توانایی طبیعی سربازان را برای مقاومت در برابر عوامل بیماری‌زا کاهش دهد و حساسیت آن‌ها را به عوامل بیماری‌زا

در شرایط جنگی با توجه فصول و مخصوصاً گرمی آب و هوا، آماد در تهیه میوه‌ها و هندوانه و برخی نوشیدنی‌ها از جمله سکنجبین خاک شیر و دوغ و ... در جهت تأمین املاح و مایعات مورد نیاز رزمندگان تلاش نموده است و بنوعی در تأمین آب و پیشگیری افراد و جلوگیری از گرم‌زدگی آنان مؤثر بوده است. به هر حال امروزه در مقایسه با تغذیه در دیگر نیروهای نظامی باید گفت: "هر جنبه‌ای از عملکرد ایمنی و دفاع میزبان به تأمین



شکل-۶. در تهیه و طبخ غذا در برخی مناطق نقش مادران و بانوان مسلمان ایرانی را باید متذکر شد که در بخشی از تهیه مواد غذایی برای رزمندگان تلاش نمودند و دوشادوش رزمندگان در پیروزی رزمندگان نقش آفرین بودند.



شکل-۷.



شکل-۸. رزمندگان همواره اسرای عراقی را بر اساس تعالیم اسلام مورد محبت قرار داده و از آب و غذای خود در رفع تشنگی و گرسنگی به آنان می‌دادند.

مشکلاتی جلوگیری کرد (۷،۸).

نتیجه گیری

تغذیه در دوران دفاع مقدس با نگاه علمی و با رعایت موازین بهداشتی همواره مورد توجه مسئولین ذیربط بوده است. به هر حال در شرایط جنگی بعضاً فراهم نمودن نیازهای غذایی ولو بسختی هم انجام شده است ولی آنچه مهم است این بوده است که نیروهای بهداشتی با همکاری واحدهای آماد از مرحله تأمین تا مصرف دوشادوش یکدیگر بر این مهم تلاش نموده‌اند و تا آنجایی که در توان داشته‌اند در تأمین تغذیه کافی از یک سو و رعایت بهداشت مواد غذایی از سوی دیگر اهتمام لازم را مبذول داشته‌اند و چه بسا همکاری‌های وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی و دانشگاه‌های تابعه و همکاری‌های فیما بین نیروهای نظامی با یکدیگر در تحقق هر چه بهتر بهداشت مواد غذایی برای رزمندگان مؤثر و کمک کننده بوده است. امید آنکه تهیه غذاهای بسته‌بندی و جیره‌های جنگی مقوی برای شرایط احتمالی آتی مورد توجه بیشتر قرار گیرد و نیروهای بهداشت مواد غذایی بیشتر در زنجیره تهیه، طبخ، توزیع و مصرف مواد غذایی مورد استفاده قرار گیرند و همکاران آمادی از ظرفیت علمی آنان بیشتر بهره‌مند گردند. هرگاه هماهنگی‌ها فی‌مابین واحدهای آمادی و بهداشتی بیشتر می‌گردید اثرات هم-افزایی در بهبود تغذیه رزمندگان مشهودتر بود. شاید تهیه و مصرف جیره‌های بسته‌بندی شده و آماده مصرف در شرایط عادی کمکی در بهبود تأمین غذا و بهداشت غذا در شرایط اضطراری باشد.

تشکر و قدردانی: نویسنده قدردانی خود را از تمامی اساتید پیشکسوت و فرماندهان و مدیران بهداشتی دوران دفاع مقدس و همه همکاران بهداشتی دوران جنگ تحمیلی و وزارت بهداشت و شهادی عزیز بهداشت تقدیم می‌دارد.

تضاد منافع: بدین وسیله نویسنده تصریح می‌نماید که هیچ‌گونه تضاد منافی در مطالعه حاضر وجود ندارد.

منابع

1. <http://www.sooremag.ir> [accessed 15 July 2025]
2. Committee on Military Nutrition Research. Military strategies for sustainment of nutrition and immune function in the field. National Academies Press; 1999.
3. The British 'Limeys' Were Right: A Short History of Scurvy. Military Health System. 2022.
4. Ewbank A. How Killer Rice Crippled Tokyo and the Japanese Navy. Atlas Obscura. 2018. Available from: <https://www.atlasobscura.com/articles/rice-disease-mystery-edo-tokyo-navy-beriberi>
5. John O. Soldiers' Rations Through History: From Live Hogs to Indestructible MREs. History Stories. 2020.
6. Collins C. Combat Nutrition: Feeding Troops - Yesterday, Today, Tomorrow. Defense Media Network. 2021.
7. Farrugia JL, Kullen C, O'Connor H, Prvan T. Relationship between general nutrition knowledge and diet quality in Australian military personnel. British Journal of Nutrition. 2016;115(8):1489-97. doi:10.1017/S0007114516000532
8. Wilson N, Nghiem N, Summers JA, Carter MA, Harper G. A nutritional analysis of New Zealand military food rations at Gallipoli in 1915: likely contribution to scurvy and other nutrient deficiency disorders. The New Zealand Medical Journal (Online). 2013;126(1373):1-114.

افزایش دهد و اثربخشی واکسن‌هایی را که برای محافظت از آن‌ها در نظر گرفته شده است، کاهش دهد. تعامل سلامت، ورزش و استرس (اعم از جسمی و روانی) در عملکرد سیستم ایمنی و نقش مکمل‌های تغذیه‌ای، ارزیابی عملکرد سیستم ایمنی، تأثیر تغذیه و رابطه بین استرس‌های متعدد و متنوعی که کارکنان نظامی با آن مواجه می‌شوند و تأثیر آن‌ها بر سلامتی مورد توجه بوده است (۲). بیماری‌هایی مانند اسکوربوت و بری‌بری، و همچنین سوءتغذیه عمومی و گرسنگی، ارتش‌ها را در طول تاریخ تحت تأثیر قرار داده است. با بهبود روش‌های نگهداری غذا، تنوع و کیفیت غذاهای نظامی نیز افزایش یافت. در حال حاضر، غذای نظامی و جیره غذایی برای تأمین مواد مغذی و انرژی مورد نیاز پرسنل در روز وجود دارد (۳-۶). لازم به یادآوری است بررسی تأثیر انواع عوامل استرس‌زا بر سلامت انسان و نقش مواد مغذی غذایی خاص در حفظ عملکرد ایمنی کارکنان ارتش حائز اهمیت است. ارزیابی عملکرد سیستم ایمنی، تأثیر تغذیه، و رابطه بین استرس‌های متعدد و متنوعی که پرسنل نظامی با آن مواجه می‌شوند و تأثیر آن‌ها بر سلامتی حائز اهمیت است (۲). لذا یک رژیم غذایی متعادل که بر اساس دانش تغذیه صحیح باشد، کلید آمادگی و سلامت کارکنان نظامی است. یک مطالعه در سال ۲۰۱۳ در مورد غذای عرضه شده به نیروهای نظامی استرالیا و نیوزلند در عملیات گالیپولی در سال ۱۹۱۵، جیره‌های نظامی صادر شده آن‌ها را با استفاده از داده‌های ترکیب غذا بر روی نزدیک‌ترین معادل‌ها برای غذاهای مدرن تجزیه و تحلیل کرد. تجزیه و تحلیل مواد مغذی نشان داد که جیره آن‌ها کمتر از نیازهای به‌روز برای ویتامین‌های A، C و E، پتاسیم، سلنیوم و فیبر غذایی است. اگر برنامه‌ریزان نظامی از مقادیر کمی از سبزیجات و میوه‌های کنسرو شده موجود در سال ۱۹۱۵ استفاده می‌کردند، احتمالاً چهار مورد از این شش کسری را برطرف می‌نمودند. این کمبودها احتمالاً باعث ایجاد موارد اسکوربوت شده و ممکن است به نرخ بالای سایر بیماری‌های تجربه شده در گالیپولی کمک کرده باشد. با ارائه جیره‌هایی که شامل برخی میوه‌ها یا سبزیجات کنسرو شده بود، می‌توان به آسانی از چنین