

## احذر تناول الحليب في هذه الحالة



07 ديسمبر 2018 - 22:21

قال الدكتور محسن النادى، استشارى الطب البديل، إنه ينبغي في حالة الإصابة بالتهاب الشعب القصبية الانتباه لنوعية الطعام والشراب الذي نتناوله.

أضاف "النادى"، أن تناول الحليب ومشتقاته يساعد وبشكل كبير في زيادة المفرزات القصبية، وبالتالي ينبغي تجنبها في حالة الإصابة بالتهاب الشعب القصبية.

وينصح بالإكثار من تناول الماء بمعدل 6-8 أكواب في اليوم، في حين أن الإكثار من الأطعمة الحارة مثل الفجل والبهار والثوم والبصل والفلفل الحار تساعد كثيرًا في سهولة التخلص من البلغم الالتهابي، كما يفضل الابتعاد عن الأطعمة التي تحتوي السكر المكرر، لأنها تضعف جهاز المناعة.