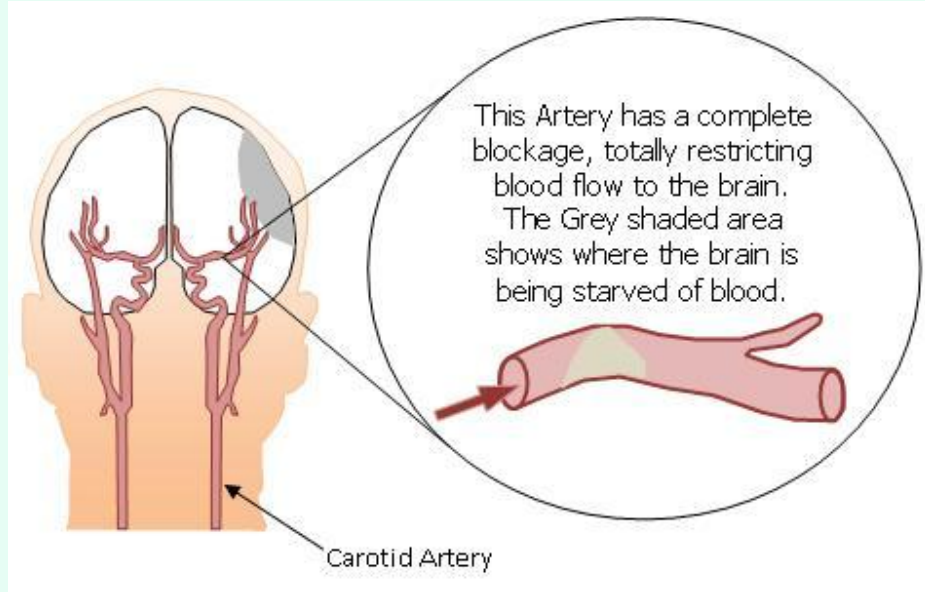


أطعمة قد تتسبب في الإصابة بالسكتة الدماغية



ذكر موقع كارينج . كوم أن السكتة الدماغية هي ثالث أهم أسباب الوفيات في أمريكا، وهي تحدث بسبب تجلط الدم المتجه نحو الدماغ مما يؤدي إلى الوفاة أو حدوث إعاقة جسدية وعقلية خطيرة

:ويذكر الموقع أن هناك بعض الأغذية التي تتسبب في زيادة احتمال الإصابة بالسكتة الدماغية ومنها

:

وتشمل البسطرمة والنقانق والسجق وتسبب السكتة الدماغية لأنها تحتوي على الكثير من المواد الحافظة السيئة مثل نترات الصوديوم التي تسبب تلف الأوعية الدموية

:الكعك والبسكويت

والسبب في ذلك أن هذه المخبوزات تحتوي على الكثير من الدهون غير المشبعة والزيوت المهدرجة وقد أثبتت الدراسات أن هذا النوع من الدهون من أكثر الأسباب المؤدية للسكتة الدماغية

:مشروبات الصودا الدايت

يلجأ البعض لهذا النوع من المشروبات للتقليل من الوزن ولكن العلماء أثبتوا أنها من أهم أسباب الإصابة بأمراض الأوعية الدموية والسكتة الدماغية

:

أثبتت الدراسات العلمية أن الذين يكثرون من تناول اللحوم الحمراء تزداد احتمالات اصابتهم بالسكتة الدماغية وذلك لاحتوائها على الكثير من الدهون المشبعة

:

تقوم بعض الشركات الخاصة بالمواد الغذائية بإضافة الكثير من المواد المكسبة للطعم واللون كما تضيف مواد أخرى للحفاظ على المواد الغذائية المعلبة وهذه المواد تسبب خطرا كبيرا على صحة الانسان وتؤدي لاصابته بالسكتة الدماغية

وسلامتكم إخواني جميعا
معنى نقلك لهذه الرسالة انك حريص على صحة أحبائك

رَبَّنَا ظَلَمْنَا أَنفُسَنَا وَإِلَيْكَ نَتُوبُ
لِنُكَلِّمَكَ بِمَا نَلِكُ مِنَ الْقَوْلِ
وَتَرْحَمَنَا

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم

: فينا من لا درهم له ولا متاع . فقال : إن
يأتي يوم القيامة بصلاة وصيام وزكاة ، ويأتي قد شتم هذا ، وقذف هذا ، وأكل مال هذا ، وسفك دم
هذا ، وضرب هذا . فيعطى هذا من حسناته وهذا من حسناته . فإن فنيت حسناته ، قبل أن يقضى ما
عليه ، أخذ من خطاياهم فطرحت عليه . ثم طرح في النار

صحيح مسلم: - : - أبو هريرة المحدث
صحيح:

الطيبه



الكيالي