

آب لیمو مفید برای درمان سنگ کلیه

سنگ کلیه یکی از دردناک‌ترین مشکلات پزشکی روی کره زمین است که سالانه ده‌ها هزار نفر را راهی اتاق اورژانس می‌کند.



جام جم آنلاین: سنگ کلیه یکی از دردناک‌ترین مشکلات پزشکی روی کره زمین است که سالانه ده‌ها هزار نفر را راهی اتاق اورژانس می‌کند.

به گزارش ایسنا، متخصصان علوم پزشکی در انگلیس توصیه می‌کنند که نوشیدن حتی مقدار کمی از آب لیموی تازه به صورت روزانه روشی موثر برای پیشگیری از تشکیل این سنگ‌های دردناک است.

درد سنگ کلیه نه تنها خیلی شدید است، بلکه بسیار هم ترسناک و نگران‌کننده است، چون به طور کامل ناگهانی آغاز می‌شود. کسانی که نمی‌دانند به سنگ کلیه مبتلا هستند، وقتی درد آنها شروع می‌شود به قدری شدید است که آنها تصور می‌کنند در حال مرگ هستند.

این سنگ‌ها بلورهای بسیار کوچکی به اندازه دانه‌های شن یا حتی کوچک‌تر هستند که در مجاری ادراری تشکیل می‌شوند و این درد شدید را ایجاد می‌کنند، اما بسیاری از این بلورها به خودی خود و حتی بدون درمان‌های پزشکی از بدن خارج می‌شوند.

وقتی فردی یک بار سابقه ابتلا به سنگ کلیه را داشته باشد، احتمال این که بار دوم با این مشکل مواجه شود، 50 درصد است و به همین خاطر این افراد بیشتر باید مراقب رژیم غذایی خود باشند و با نوشیدن مایعات زیاد مانع از بازگشت مجدد بیماری شوند.

این متخصصان می‌گویند: یک راه کار ساده، موثر و در عین حال ارزان‌قیمت برای جلوگیری از تشکیل سنگ کلیه مصرف آب مرکبات بویژه آب لیموست که راه‌حلی کارآمد و امیدبخش برای این بیماران است.