



سبزی خور ها حتما بخوانید

رئیس جامعه متخصصین داخلی گفت: مصرف سبزی‌های ضد عفونی نشده باعث ابتلا به بیماری‌های روده‌ای می‌شود و خوردن کاهوی نشسته و ضد عفونی نشده موجب بیماری‌های انگلی می‌شود.

رئیس جامعه متخصصین داخلی گفت: مصرف سبزی‌های ضد عفونی نشده باعث ابتلا به بیماری‌های روده‌ای می‌شود و خوردن کاهوی نشسته و ضد عفونی نشده موجب بیماری‌های انگلی می‌شود.

دکتر ایرج خسرونیا افزود: پوست هندوانه‌ها به علت پرورش یافتن روی زمین، آلوده است و باید پوست آنها را بشوییم چون زمانی که آنها را با چاقو می‌بریم مقدار زیادی میکروب وارد هندوانه می‌شود.

وی درباره نحوه شستن میوه‌ها گفت: با توجه به چرب بودن کودها، تخم انگل‌هایی که به کاهو، هندوانه و خیار می‌چسبند با آب از بین نمی‌روند بنابراین لازم است هنگام شست و شو علاوه بر آب، چند قطره مایع ظرفشویی به همراه مقداری کلر هم به آنها اضافه کنیم البته خیار را باید با آب و مقداری کلر شست.

رئیس جامعه متخصصین داخلی درباره مصرف چغاله بادام و گوجه سبز در فصل بهار اظهار کرد: افراد به علت افراط در خوردن میوه‌های نارس بویژه چغاله بادام یا گوجه سبز و نشستن آنها بیش از مصرف دچار مشکلات گوارشی می‌شوند. میوه‌هایی مانند چغاله بادام و گوجه سبز را باید در حد کم خورد.

خسرونیا در پایان با اشاره به نحوه فروش این میوه‌ها گفت: دستفروشها این میوه‌ها را با آب آلوده می‌شویند یا از این نوع آب برای مرطوب نگه داشتن آن استفاده می‌کنند اما این کار احتمال رشد میکروبها را افزایش می‌دهد و زمینه ابتلا به بیماری‌های روده‌ای، انگلی و دردهای معده را فراهم می‌کند که این بیماری‌ها با تهوع و استفراغ همراه است.