

رابطه پیتزا و سکته های قلبی

متخصص قلب و عروق به شهروندان توصیه کرد: از غذاهای کنسرو شده کمتر استفاده کنند زیرا اینگونه غذاها در بروز سکته قلبی موثر هستند.



سلامت نیوز : متخصص قلب و عروق به شهروندان توصیه کرد: از غذاهای کنسرو شده کمتر استفاده کنند زیرا اینگونه غذاها در بروز سکته قلبی موثر هستند.

علی عبده کلاه چی در گفت و گو با ایرنا افزود: استفاده مستمر از چیپس و پیتزا نیز در بروز سکته قلبی موثر است و از این رو، افراد باید بیش از حد از این مواد غذایی استفاده نکنند.

این متخصص قلب و عروق تاکید کرد: استفاده از میوه ها و سبزیجات در سه وعده غذایی برای سلامتی و پیشگیری از بیماریهای قلبی و عروقی موثر است.

عبده کلاه چی، مصرف بادام زمینی، روغن زیتون، کنجد و هسته انگور را به دلیل کاهش قدرت انعقاد پذیری در کاهش سکته قلبی بسیار مفید دانست.

وی گرفتگی سینه، احساس فشردگی، درد و سوزش در سینه بخصوص در وسط سینه را از علائم حملات قلبی برشمرد.

عبده کلاه چی اضافه کرد: وقتی حمله قلبی شدیدتر می شود، درد در قسمت های دیگر از جمله کتف، آرنج و پشت کتف پراکنده می شود اما محل اصلی درد وسط سینه است.