



## بادمجان موثر در درمان صرع

کارشناس تغذیه دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی گفت: بادمجان در درمان بیماری صرع موثر است.

سلامت نیوز: کارشناس تغذیه دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی گفت: بادمجان در درمان بیماری صرع موثر است.

نسرین علیزاده در گفت و گو با ایسنا، در خصوص دلیل این امر اظهار داشت: بادمجان دارای ماده فعال ضد تشنج است که در درمان بیماری صرع و تشنج موثر است.

وی با اشاره به انواع تشنجاتی که تغذیه می‌تواند در آن نقش موثری داشته باشد در بیماری صرع دیده می‌شود، افزود: به افراد مبتلا به این مشکل توصیه می‌شود تا از مصرف قندهای ساده، نوشیدنی‌های حاوی کافئین و الکل پرهیز کنند.

به گفته علیزاده، این مواد سبب نوسانات قند خون شده که می‌تواند زمینه ساز حمله شود.

وی توصیه کرد: این بیماران از مواد حاوی فیبر بالا نظیر میوه و سبزیجات، نان سبوس دار و غلات کامل بیشتر استفاده کنند. دریافت مواد غذایی نظیر چغندر سبز، هویج، لوبیای سبز، نخود، انگور، سبزیجات یا برگ سبز، انواع لوبیا، دانه‌های مغزی در این افراد ضروری است.

وی تاکید کرد: این نوع از بیماران برای پیشگیری و کنترل حملات تشنجی باید برنامه غذایی منظم داشته باشند.

به گفته وی داشتن سبک زندگی سالم و عادت غذایی مناسب در کاهش حملات کاملاً موثر است.