

کسانی که نباید چای بنوشند

افراد صفراوی مزاج بهتر است از خوردن نوشیدنی‌های گرم مخصوصا چای بپرهیزند چون تعادل صفراوی آنها را بر هم می‌زند.



همشهری آنلاین: افراد صفراوی مزاج بهتر است از خوردن نوشیدنی‌های گرم مخصوصا چای بپرهیزند چون تعادل صفراوی آنها را بر هم می‌زند.

حمید افراسیابی در گفت‌وگو با خبرنگار فارس گفت: در طب سنتی گروهی از افراد دارای مزاج سرد و خشک هستند. این افراد طبع سردی دارند و توصیه می‌شود که گوشت گوساله، ماهی، عدس، خیار، کاهو، موز و کیوی کمتر بخورند.

وی افزود: اما گوشت گوسفند، نبات، نعنا، روغن کنجد، سبزی، مغزها و چای دارچین برای آنها مفید است.

این متخصص طب سنتی گفت: در مقابل افراد گرم مزاج که طبع گرمی دارند توصیه می‌شود که از نوشیدن چای داغ بپرهیزند.

افراسیابی افزود: مصرف نوشیدنی‌های بسیار داغ مثل چای، قهوه و نسکافه صفراوی آنها را درگیر می‌کند و حتی در مواقعی حالات روحی آنها را تحت تاثیر قرار داده و خشم را در این افراد بیشتر می‌کند.

وی ادامه داد: برای ناراحتی‌های اعصاب و لرزش دستها توصیه می‌شود که چای بسیار کم نوشیده شود.

این متخصص طب سنتی گفت: شب ادراری در کودکان به دلیل گرمی و سردی رخ می‌دهد و یا قبل از خواب دچار عطش فراوان می‌شوند که صفراوی مزاج هستند و بهتر است چای ننوشند.