الخليج

منوعات, محطات

11 أبريل 2024 15:01 مساء

ضوابط لتناول الأسماك المملحة خلال العيد

القاهرة:«الخليج»

حذرت هيئة الدواء المصرية من الإفراط في تناول الأسماك المملحة، من الرنجة والفسيخ، خلال أيام عيد الفطر المبارك، لما لذلك من أضرار صحية، بسبب إرهاق المعدة والجهاز الهضمي بكثرة الطعام، بعد شهر من الصيام. ودعت إلى تناولها بحرص وضوابط.

وقالت إن هذه الأنواع من الأسماك تتسبب في ارتفاع مستويات ضغط الدم، حيث يحتويان على كميات كبيرة من الأملاح، التي تؤثر في الأوردة والشرايين.

كما تتسبب الأسماك المملحة في حدوث اضطرابات بالجهاز الهضمي، حيث ينتج عن تناول هذه الأسماك الشعور بالانتفاخ، واضطرابات في المعدة، وحدوث الحموضة، التي قد تتطور وتتحول إلى نزلة معوية حادة.

وأضافت هيئة الدواء المصرية أن الأسماك المملحة من الرنجة والفسيخ قد تتسبب في الإصابة بمرض البتيوليزم، وهذا المرض يهاجم الأعصاب، وينتج عنه ازدواج الرؤية، وصعوبة الكلام، وضعف الأطراف العليا للجسم، وقد يصيب عضلات الجهاز التنفسي. وقالت إن هذا المرض يحدث نتيجة الطريقة الخاطئة في حفظ الأسماك المملحة، التي تؤدي إلى نشاط معين من البكتريا.

وتنصح هيئة الدواء المصرية بتناوله قدر محدد من الأسماك المملحة، وعدم الإفراط في تناولها بأي حال حرصاً على الصحة والسلامة.

"حقوق النشر محفوظة "لصحيفة الخليج .2024 ©