

ينمك زماڻي سو و مايعات ايچمه بين

جام جم آنلاين: بهداشت ويزارتي نين بهداشتي موعاويني نين تغذيه موشاويري دئدي: ينمك زماڻي چوخ سو و مايعات ايچمك، غذائين هضمينه خيلا واريڊ ائدر.

جام جم آنلاين: بهداشت ويزارتي نين بهداشتي موعاويني نين تغذيه موشاويري دئدي: ينمك زماڻي چوخ سو و مايعات ايچمك، غذائين هضمينه خيلا واريڊ ائدر.

خبر شبكه سسي نين گوزاريشينه گوره، دوكتور ابوالقاسم جزايري آرتيردي: غذا ينمك زماڻي سو و مايعاتين چوخ ايچيلمه سسي گواريشي شيره لرين رقيقلمه سينه باعث اولار و غذائين هضم و جذب اولماسيندا خيلا واريڊ ائدر كي بونون نتيجه سينده گوارايش دستگاهيندا ناراحتليق و نفخ يارانار.

بهداشت ويزارتي نين بهداشتي موعاويني نين تغذيه موشاويري دئدي: غذائين بيرينجي هضم اولماق مرحله سسي آغيزدا و آغيز سوپو واسيطه سينن اولار و بونا خاطر غذا گرگ ياخشي چئينه نيب و آغيز سوپو اينن قاريشا.

دوكتور جزايري آيدينلاتدي: غذائين تله سيك يئيبليپ ياخشي چئينه نمه سسي، اونون هضم و جذب اولماسيندا خيلا يارالدار و بو مسأله قارين سانجيسي ، آغريليق، و گوارايشي ناراحتليقلارا باعث اولار بيلر.

بهداشت ويزارتي نين بهداشتي موعاويني نين تغذيه موشاويري توصيه انله دي: غذا گرگ يئيبليپ زمان مونسايب حرارتي اولار يعني نه گرگ چوخ سوپوق و نه گرگ چوخ ايستي اولار و هابئله تتر هضم اولماق اوچون گرگ ياواش چئنه نه.

لينك مطلب در سايت : <http://torki.tebyan-tabriz.ir/?MID=21&Type=News&id=105>