

معلومات صحية - ما هو وقت تناول الحلويات الصحية في رمضان؟



الجمعة 19 يونيو 2015 م 12:06

معلومات صحية - ما هو وقت تناول الحلويات الصحية في رمضان؟
يُفضل تناول الحلوي بعد ساعتين من الإفطار لأن تناولها بعد وجبة الإفطار مباشرة يتسبب في زيادة حجم المعدة إذ يسبب التأخير في عملية الهضم ويحدث اضطراب في مستوى السكر بالدم