

طبيب روسي يتحدث عن مخاطر لفنجان القهوة الصباحية



الجمعة 20 نوفمبر 2020 09:11 م

تحدث طبيب روسي، عن مخاطر صحية لفنجان القهوة الصباحية، وتسببه في أمراض مزمنة خطيرة، واصفا هذا السلوك بأنه "تصرف غذائي خاطئ".

وقال طبيب الغدد والأنظمة الغذائية الروسي أليكسي كالينيتشيف في حديث لإذاعة "سبوتنيك" الروسية؛ إنه "يمنع معنا باتا شرب فنجان من القهوة الصباحية التقليدية على الريق"، موضحا أن "تناول هذا المشروب على الريق، يمكن أن يتسبب في احتداد الأمراض المزمنة للجهاز الهضمي".

ولفت إلى أن هذه الأمراض تتمثل في "التهاب المعدة والقرحة الهضمية والتهاب البنكرياس"، مضيفا أنه "في الواقع لدينا جميعا هذه الأمراض بمرحلتين متطورة أو كاملة (...): إذ إننا نعاني منها منذ أيام المدرسة أو الجامعة".

ورأى كالينيتشيف أن شرب القهوة الصباحية لإنعاش النفس، تصرف غذائي خاطئ، لأنه يتجاهل النظام الغذائي الصحي، لافتا إلى أنه بعد تناول وجبة الإفطار، يمكن شرب القهوة بأي شيء[]

وتابع: "لا يهمك إذا كانت قهوتك سوداء أو بالحليب (...). ولا تخف من الجمع بين القهوة والحلوى"، مستدركا: "مع ذلك، فإن القهوة لا تنشط الإنسان في كل وقت، وأحيانا يكون لها تأثير معاكس".