

# مراكز طبية بأمريكا وأوروبا تعتمد على الصيام أسلوباً للعلاج



الثلاثاء 14 يونيو 2016 م

أكد متخصص بالمناعة ولوح أمريكا ودول أوروبا إلى افتتاح مراكز طبية تعتمد أساساً على الصيام أسلوباً لعلاج الأمراض المختلفة، لما للصوم من منافع تصب في مصلحة جسم الإنسان

وقال الدكتور عبد الهادي مصباح، أستاذ المناعة وزميل الأكاديمية الأمريكية للمناعة، إن نظام الصوم يساعح للجهاز الهضمي بالتخليص من اضطرابات القولون، على أن يحتوي طعام الإفطار على كم كبير من الخضروات والفاكهه مثل التمر والقراصية، والعصائر الطازجة المفيدة مثل البرتقال والجزر والتفاح والبنجر والعنب والكيوي والكرفس، مع الإكثار من الأعشاب الورقية

وأوضح مصباح أن الصوم مفيد للغاية للجسم، حيث توجد ملابس الخلايا بجسم الإنسان وهي ليست بالثابتة على الإطلاق، لذلك فإن الخلايا تكون في نمو وتتجدد باستمرار

وأشار إلى أن الصوم يعمل على زيادة قوة الشحن الروحي خلال شهر رمضان، كما يعمل على زيادة قوة الجهاز المناعي، مشيراً إلى دور الصيام في انخفاض السموم بجسم الإنسان

ولفت في نهاية حديثه إلى أن الصوم يعمل على انخفاض نسبة الدهون الثقيلة الضارة في الدم؛ ما يؤدي إلى تقليل نسب الترسبات على جدران الشرايين، فيزيادة تدفق الدم إلى القلب والمخ والأعضاء المختلفة