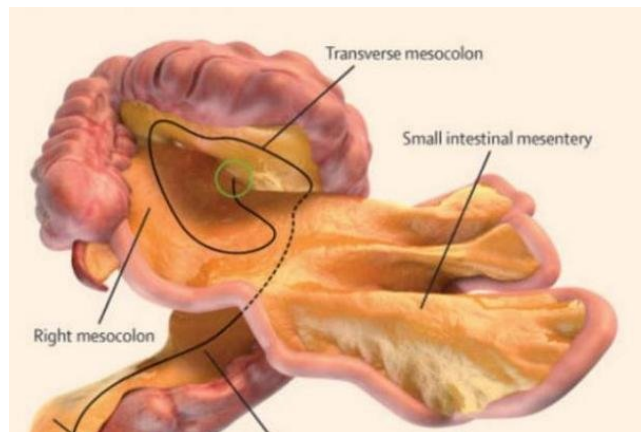


سیر و پیاز، رفلاکس و IBS را تشدید می‌کنند

دی ۱۰، ۱۴۰۲



سیر و پیاز، رفلاکس و IBS را تشدید می‌کنند، اما تأثیری بر زخم گوارشی ندارند. علت اصلی زخم گوارشی، عفونت با میکروب هلیکوباکتر پیلوری و مصرف خودسرانه داروهای مسکن است. سبک زندگی سالم، از جمله تغذیه مناسب، رعایت بهداشت، ورزش و عدم مصرف سیگار و الکل، از بروز بیماری‌های گوارشی پیشگیری می‌کند.