

PRESS CLIPPING SHEET

PUBLICATION:	Al Messa
DATE:	24-October-2015
COUNTRY:	Egypt
CIRCULATION:	200,000
TITLE :	Beware of Vitamin A
PAGE:	02
ARTICLE TYPE:	General Health News
REPORTER:	Staff Report

احذر من فيتامين «أ»

يمكن للإسراف في فيتامين «أ» أن يضعف جهاز المناعة لدى الشخص. هذا ما ورد في دراسة لجامعة ريدبورن الهولندية تقول الدراسة إن الإفراط في تناول هذا الفيتامين يسبب جهاز المناعة في جسم الإنسان بما تسببه ضعف الذاكرة فيتامين بكتيريا وميكروبات وفiroسات سبق له التعامل معها وتخصى عليها مما يجعل الشخص يصاب بالتهابات يفترض أنه يتمتع بحصانة ضدها ورغم أن فيتامين أ نفسه من العناصر المضادة للالتهاب. ولحسن الحظ فإن هذه المشكلة لا تحدث مع أي زيادة في استهلاك فيتامين أ بل مع تركيزات عالية جداً لا يمكن أن يصل إليها الكثيرون.. لكنه لاحتمال قائم على أية حال. وتشير الدراسة إلى أن مصدر الإسراف في الفيتامين هو المكملات الغذائية والدوائية وهذه المكملات تكون مفيدة للغاية إذا كان الشخص يعاني بالفعل تقحضاً في هذا الفيتامين الأساسي. وعلى ذلك يتبعن الآتي تعاطيها إلا تحت إشراف طبي.