الكشف عن المواد الغذائية المسببة لتكوّن "حصى الكلى"

قال الطبيب الروسي الشهير ألكسندر مياسنيكوف، أن هناك مواد غذائية يؤدي تناولها بانتظام إلى تكون الحصى في الكلى.

ويشير مياسنيكوف، في حديث تلفزيوني، إلى أنه يجب تجنب الإفراط بتناول الأطعمة الغنية بالدهون الحيوانية، مثل اللحوم، وكذلك الملح والسكر، لأنها تساهم في تكون حصى الكالسيوم.

ويقول، "عصير الغريب فروت مادة غذائية ممتازة، ولكنها تزيد من خطر تكون الحصى، وكذلك فيتامين C عند تناوله بجرعات كبيرة".

ويضيف، السبب الآخر لتكون الحصى في الكلى هو تناول أقراص الكالسيوم.