مضررات نارنگی در دروان بارداری و خطرات احتمالی آن

10 آبان 1404

در سه ماه سوم بارداری در کمترین میزان ممکن نارنگی بخورید.

در صورتی که مادر پیش از بارداری کلا به نارنگی حساسیت داشته است در دروان حاملگی خود باید بسیار احتیاط کند و از مصرف این میوه پرهیز کند.

در صورتی که مادر به این مورد توجه نکند مصرف نارنگی می‌تواند باعث مسائلی چون حساسیت مادرزادی، ابتلا کودک به آسم، درماتیت، اگزما و ... شود.

در صورتی که مادر مایل به مصرف نارنگی است و به خاطر حساسیت‌های قبلی نگران است می‌تواند با خیالی راحت در حد یک یا دو عدد نارنگی مصرف کند و هیچ مشکلی برای نوزاد ایجاد نمی‌شود.

مادرانی هم که دچار بیماری‌هایی مثل گاستریت، بیمارهای روده‌ای، هپاتیت و نفریت هستند هم باید از خوردن نارنگی پرهیز کنند؛ چرا که نارنگی اسید معده را افزایش می‌دهد و مادر درگیر مشکلات گوارشی می‌شود.

شاید باورتان نشود ویتامین C با آن همه خواصی که دارد اگر میزان آن در بدن مادر باردار افزایش یابد می‌تواند باعث زایمان زودرس شود. مخصوصا اگر در سه ماه سوم بارداری به بهانه زیاد بودن خواص نارنگی در بارداری در مصرف آن زیاده روی کنید قطعا کار دست خود می‌دهید. به همین خاطر در سه ماه سوم بارداری در کمترین میزان ممکن نارنگی بخورید.