

# أضرار تناول مشروب العرقسوس للحامل في رمضان

تعتبر المشروبات الباردة لا غنى عنها في شهر رمضان المبارك، وتعد من أساسيات المشروبات على الإفطار حتى السحور. تعوض هذه المشروبات الجسم عن العطش والكثير من السوائل التي يفقدها طوال فترات الصيام.



ومن بين المشروبات الباردة التي يكثر تناولها خلال الشهر الفضيل هو مشروب العرقسوس، ولكن هل هذا المشروب آمن على المرأة الحامل وجنينها؟



## أضرار مشروب العرقسوس للحامل في رمضان:

خلال فترة الحمل، لا يتمتع مشروب العرقسوس بأي فوائد على المرأة، بل على العكس تتعدد الأضرار، وهي:

- تحفيز تقلصات الرحم، هذا ما يزيد شعور الحامل بالألم.
- التأثير على مستوى هرمون الأستروجين، المسؤول عن تثبيت الحمل.
- التأثير على الجهاز العصبي للجنين، فيتسبب مشروب العرقسوس في زيادة إفراز هرمون التوتر، الذي يعمل على منع الجسم من رؤية بعض الهرمونات، ما يجعل جسم الجنين يفرز المزيد من هذه الهرمونات لتعويض النقص ويؤدي لزيادة الهرمونات في جسم الجنين، وبالتالي يسبب بالعديد من الأمراض النفسية والعقلية للجنين بعد الولادة.



- التأثير على خصوبة المرأة فيما بعد كما يؤثر على صحة الأجنة عامةً.

كما ينصح بعدم شرب العرقسوس خلال فترة الرضاعة الطبيعية لأنه يؤثر على إدرار الحليب ويسبب بارتفاع ضغط الدم والتعرض لأمراض القلب.

**فوائد تناول العرقسوس في غير الحمل والرضاعة:**

- يعد العرقسوس منشط عامّ للدورة الدموية في الجسم، كما انه ينشط الجسم ويشعره بالنشاط والحيوية.
- يعتبر فاتحًا للشهية وينقي الدم ويسهل عملية الهضم ويعزز جهاز المناعة.



- يعمل العرقسوس على تفتيح البشرة ويخلص من الهالات السوداء والبقع كما أنه يقي البشرة من الأمراض ويجعلها حيوية ويخفف الحبوب.
- يعزز نمو الشعر ويغذي بصيلاته، يحافظ على صحة فروة الرأس، يمنع تكون قشرة الشعر ويكافح تساقط الشعر ويزيد من كثافته.