

## احذر أدوية التنحيف مانعة للشهية

ظهرت أدوية التنحيف والتي هي عبارة عن أدوية مانعة للشهية تعمل عن طريق الوصول العصبي للسيروتونين الذي يعطي الإشارات للمخ في حاجة الإنسان للأكل وبالتالي لا يشعر الشخص بالجوع، وأدوية التنحيف لها آثار قد لا تظهر إلا بعد عدة سنوات وتشير بعض الدراسات، عزيزي المستهلك ننصحك باستخدام البدائل الطبيعية والصحية والعادات الغذائية الجيدة والتمارين الرياضية لتنحيف الوزن وهذا يتناسب ما جاء به ديننا الحنيف الإسلامي قبل ١٤٠٠ عام إلى تفادي السمنة وعالجتها من خلال إتباع نظام غذائي متوازن وعدم الأكل بكثرة من خلال قوله تعالى (كلوا واشربوا ولا تسرفوا)، وممارسة الرياضة من خلال قول الرسول محمد (ص): علموا أولادكم السباحة والرماية وركوب الخيل وتلك ممارسات رياضية لتنحيف الوزن إضافة للآداب الإسلامية عند الأكل في النظام الغذائي مثل البسملة والأكل باليد اليمنى، وعدم الإسراع في الأكل من أجل الحصول على قوام رشيق وجسم صحي.